

食材2つだけ!

厚揚げ

×

しいたけ



調理時間

15分

とろ〜りおいしい味しみ煮込み

厚揚げとしいたけの炒め煮

材料 (2人分)

厚揚げ …… 2/3丁(200g)

しいたけ …… 4枚

小ねぎ(あれば) …… 1本

○しょうゆ …… 小さじ2

○酒 …… 大さじ1

○オイスターソース …… 小さじ1

○鶏がらスープの素

…………… 小さじ1/3

○しょうがチューブ …… 5mm

片栗粉 …… 小さじ1

ごま油 …… 大さじ1

1 材料を切る

しいたけはそぎ切りにする。小ねぎは小口切りにする。厚揚げは熱湯をかけて油抜きし、1cmの厚さに切る。片栗粉は水小さじ2(分量外)を入れて混ぜる。

2 炒める

フライパンにごま油を入れて中火にかけ、厚揚げ、しいたけを入れて1分炒める。水150ml(分量外)と○を入れて3分煮る。水溶き片栗粉を入れて全体を混ぜ、とろみがついたら火を止める。

3 仕上げ

皿に盛り付け、小ねぎをちらす。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索