

きじ豆腐



きじの旨みが豆腐にしみわたり、やさしく心をほどく味わい。
素材の力を生かした、滋味深いひと皿です。

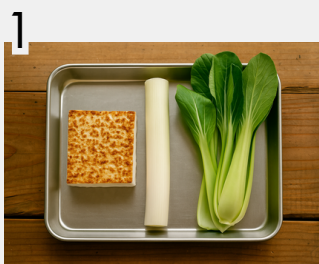
材料[2人分]

きじ肉（加熱済み）...40g
きじブイヨン...80ml
水...100ml（希釈用）

みりん...大さじ1
うすくち醤油...大さじ2
サラダ油...小さじ1

焼き豆腐...1丁
白ネギ...1本
小松菜...2株

作り方



1 具材のしごしらえ

焼き豆腐は食べやすい大きさに、白ネギ、小松菜は5センチの長さにカットする。



2 具材を炒白ネギを焼く

フライパンに油をひき、白ネギを焼く。焼き目がつくまで中火でじっくり焼く。



3 煮合わせる

焼き豆腐・きじブイヨン・きじ肉・水・みりんを加える。軽く混ぜてひと煮立ちさせる。



4 味をととのえて仕上げる

しょうゆと小松菜を加える。小松菜に火が通ったら火を止め、器に盛り付けて完成。