

# マーボー豆腐



## 材料（1人分）

豆腐 90 g	<A>
合びき肉 40 g	赤みそ 8 g
たまねぎ 70 g	砂糖 0.2 g
ねぎ 5 g	しょうゆ 3 c c
トウバンジャン 0.5 g	チャップ 2 g
サラダ油 1 c c	中華だし 1 g
ごま油 0.5 c c	片栗粉 1 g

## 作り方

- (1) 豆腐はさいの目切りにする。
- (2) たまねぎは粗みじん切り、ねぎは小口切りにする。
- (3) サラダ油でトウバンジャンを炒めて香りをたて、合びき肉、たまねぎの順に炒める。
- (4) <A>と豆腐を加えて煮る。
- (5) 水溶き片栗粉でとろみをつけ、仕上げにねぎとごま油を加える。