

# 第102回 いちよし料理教室

平成25年8月19日

## 麻婆豆腐

材 料：	合挽ミンチ	.....	300g
	豆腐	.....	2丁
	白葱	.....	1本
	小葱	.....	5本
	生姜	.....	3片
	ニンニク	.....	1片
調味料：	酒	.....	100cc
	濃口醤油	.....	30cc
合わせ調味料	砂糖	.....	大さじ3
	味噌	.....	大さじ2
	赤酒	.....	30cc
	オイスターソース	.....	大さじ1
	豆板醤	.....	大さじ1
	ごま油	.....	大さじ1
	山椒	.....	少々



下準備： 白葱・・・粗みじん切り  
小葱・・・小口切り  
生姜・ニンニク・・・みじん切り

### 作り方：

- ① 豆腐をサイコロ状に切り、鍋に水・豆腐を入れ火にかけ、沸騰寸前に火を止める。【写真1】
- ② 調味料（酒以外）を合わせる。
- ③ 中華鍋に油をひき、生姜・ニンニクを炒め【写真2】豚ミンチを加える。【写真3】
- ④ お酒を加える。
- ⑤ 合わせ調味料を入れ、茹でた豆腐を加える。【写真4】
- ⑥ 水溶き片栗粉でとろみをつけ、最後にごま油で香りをつける。【写真5】
- ⑦ 器に盛りつけ、小葱・お好みで山椒をかけ出来上がり。



【写真1】



【写真2】



【写真3】



【写真4】



【写真5】