



## マーボー豆腐

### [こども一人分]

|       |      |
|-------|------|
| ・木綿豆腐 | 60g  |
| ・豚挽肉  | 20g  |
| ・長葱   | 10g  |
| ・人参   | 10g  |
| ・生生姜  | 1.5g |
| ・ゴマ油  | 1g   |
| ・砂糖   | 1g   |
| ・醤油   | 2.5g |
| ・コンソメ | 0.5g |
| ・水    | 20g  |
| ・片栗粉  | 2g   |

### : 作り方 :

1. 豆腐は1cm位の角切りにする
2. 長葱・人参・生姜がみじん切りにしておく
3. ゴマ油を熱し2の材料と挽肉を炒め、水を加えて煮る
4. 3が煮立ったら、砂糖・醤油・コンソメで調味する
5. 4に豆腐を加え、水溶き片栗粉でとろみをつける

作りやすい分量  
に変更して下さい