

豆腐とえのきの和風あんかけ



<材料> 子ども4人分

	絹ごし豆腐	1丁(300g)
A	えのき	1/2房
	水	180cc
	砂糖	大さじ1/2
	しょうゆ	大さじ1
	めんつゆ(2倍濃縮)	大さじ2
B	水溶き片栗粉	
	(水 大さじ1・片栗粉 小さじ2)	

(作り方)

- ① 豆腐を耐熱皿に入れ、レンジ600wで3分加熱する。
- ② えのきは石づきを取り、一口大に切る。
- ③ 鍋にAを入れて、中火で3~4分煮る。
(吹きこぼれないようにしてください)
- ④ そこへ水溶き片栗粉を入れ、すぐに全体をよく混ぜ、とろみが出るまで弱火で煮る。
- ⑤ 豆腐に④をかける。