

卵の花



材料 4 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
おから	150g	＜調味液＞	
干し椎茸	5g	正田のうすくちしょうゆ	25g
人参	40g	みりん	15g
青ねぎ	5g	酒	15g
だし汁	200ml	砂糖	10g
(椎茸の戻し汁50ml含む)			
サラダ油	6g		

料理特徴

うすくちしょうゆを使用し、淡い色合いでだしの風味よい卵の花に仕上げました。

作り方

- ①干し椎茸は戻して石づきを取り、薄切りにする(戻し汁はとっておく)。人参は千切り、青ねぎは小口切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を熱して椎茸と人参を炒める。
- ③②にだし汁(椎茸の戻し汁を含む)を加えて中火にかけ、人参が軟らかくなったらおからを加えて炒める。
- ④③に＜調味液＞を加えて炒め煮にし、水分がとんできたら青ねぎを加えて出来上がり。