

# 肉豆腐



## 割烹わりした

こだわりの3種類のしょうゆをブレンドした醤油屋さんの『割烹わりした』です。利尻昆布と枕崎製造鰹節エキスを配合し、希釈しても後のびのあるだし感が特徴です。  
すき焼きはもちろんのこと、肉・魚・野菜料理全般に使いやすい汎用性のある調味液です。

## 材料 6人分

材料名	使用量	材料名	使用量
牛バラ肉(薄切り)	300g		
焼豆腐	300g		
長ねぎ	100g		
サラダ油	10g		
人参	50g		
<調味液>			
割烹わりした	150g		
水	150ml		

## 作り方

- ①牛バラ肉・焼豆腐は一口大、長ねぎは斜め切り、人参は5mm厚さで型抜きする。
- ②鍋にサラダ油を熱して牛バラ肉・長ねぎを炒め、<調味液>と焼豆腐を加える。
- ③②が煮立ったらアクを取り、落とし蓋をして弱火で20分程煮込む。
- ④③を盛り付け、ポイルした人参を添えて出来上がり。