

陳麻婆豆腐のトマトグラタン

材料 4人分

| | | | |
|----------|------------------|--------------------|-----------|
| 陳麻婆豆腐調味料 | -----1袋 (50 g) | カゴメ基本のトマトソース(295g) | -----1缶 |
| 豆腐(木綿) | -----2丁(600g) | ピザ用チーズ | -----80g |
| 豚ひき肉 | -----120g | サラダ油 | -----大さじ2 |
| 長ねぎ | -----1/2本 | 塩・こしょう | -----各少々 |
| 水 | -----50ml | | |
| 油 | -----大さじ1 | | |
| 片栗粉 | -----大さじ1 | | |

作り方

豆腐はふきんで包み水気をよくとり、1丁を縦半分に切ってから4等分する。
フライパンに大さじ1の油を熱し、豆腐を両面焼き、耐熱皿に並べる。
のフライパンに残りの油を熱し、ひき肉、長ねぎの順に炒める。
水、陳麻婆豆腐調味料、トマトソースの順に入れ、5分くらい煮込み、水溶き片栗粉でとろみをつけ、
にかける。
チーズをのせ、トースターで焼く。

ポイント



調理時間
約15分

エネルギー

塩分