

柳川もどき



材 料 (4人分)

・豚肉	50g	・ごぼう	1/2本(30g)
・玉葱	1/2個	・人参	1/5本(25g)
・高野豆腐	1枚	・いんげん	2本
・卵	2個	・油	小さじ1
・砂糖	大さじ1	・みりん	大さじ1
・酒	大さじ1	・塩	小さじ1/2
・醤油	小さじ1	・だし汁	1カップ

作 り 方

1. 高野豆腐は戻し、厚さを半分にして、横に1/3に切り、スライスします。
2. 玉葱は、1/3にスライスします。
人参は、2cm長さの千切りします。
ごぼうは、さがきまたは斜めに切ります。
いんげんは、斜めに切り沸騰したお湯でさっとゆがいておきます。
3. 豚肉をスライスし、鍋に油を引いて火を付け炒め、砂糖ひつつまみ(分量外)を入れ、火が通ると取り出します。
4. 3の空いた鍋にごぼうを入れ炒め、玉葱・人参を入れさっと炒めます。そこにみりん・酒・だし汁高野豆腐を入れて弱火で約5分煮ます。
5. 4に砂糖・塩・醤油を入れ味を整え、3の豚肉を戻し弱火で約5分煮ます。
6. 卵を割りほぐします。5を強火にして、沸騰すると卵を回し入れ、いんげんを加え再度味を整えると出来上がりです。