

〈材料（4人分）〉

- ・サラダ油……………小さじ1
- ・トウバンジャン……………小さじ1/4
- ・おろししょうが……………小さじ1/2
- ・ぶたももひき肉……………120g
- ・酒……………小さじ1
- ・たまねぎ（みじん切り）……………280g
- ・とうふ（さいのめ）……………400g
- ・はねぎ（小口切り）……………20g
- A {
 - ・チキンブイヨン（中華）……………大さじ1
 - ・中華だし……………小さじ1
 - ・さとう……………小さじ1/2
- B {
 - ・ケチャップ……………大さじ1
 - ・しょうゆ……………大さじ1と1/2
 - ・赤みそ……………大さじ1と1/2
- ・ごま油……………小さじ1/2
- ・でんぷん……………小さじ1



〈作り方〉

- ① ぶたももひき肉に酒をふっておく。
- ② サラダ油でトウバンジャン、おろししょうがを炒めて香りを出してから、①のぶたももひき肉を炒め、たまねぎを加えて炒める。
- ③ Aの調味料と、とうふを入れ、少し煮立たせてから、Bの調味料を入れる。
- ④ でんぷんを入れてとろみをつけて、はねぎ、ごま油を入れて仕上げる。