
温泉卵の肉豆腐

〈材料〉	2人分
牛薄切り肉(こま切れ、切り落としなど)	100g
木綿豆腐	200g
ねぎ 斜め切り	1本分
a 昆布水	180cc
砂糖	大さじ2
酒	大さじ2
醤油	大さじ1.5
温泉卵	2個
三つ葉	適宜
一味	



〈作り方〉

- 1 牛肉は一口大に。豆腐も食べやすい大きさに切り分ける。
- 2 aを鍋煮入れて火にかけ鍋はだが沸き始める直前に肉を入れてほぐすように広げる。
肉の色がほぼ変われば取り出し、煮汁はアクを除きながら加熱する。
- 3 2に豆腐、ねぎを加え、ねぎに火が通るまでやさしい火加減で煮る。仕上げに肉を戻して火を止めて蓋をし、予熱で温める。
- 4 器に盛りつけ、温泉卵を割り入れて三つ葉をあしらひ、好みで一味をふる。