

## 「四川風麻婆豆腐」

### 材料（4人分）

- 木綿豆腐...2丁
- 牛挽肉...200g
- にら...1束（同量のねぎなどでもOK）
- すりおろしにんにく...小さじ2
- 豆板醤...大さじ1～2
- 紹興酒...小さじ4
- 醤油...小さじ1
- 甜麵醬...大さじ1
- コチュジャン...大さじ1
- チキンスープ...ウェイパー小さじ2+熱湯320ml
- サラダ油...大さじ6
- 花椒粉...少々
- 水溶き片栗粉...片栗粉大さじ2+水大さじ4



### 作り方

- ①木綿豆腐を適当な大きさにカットする。（縦×横×高さ→2×2×1.5cmくらいの大きさ）
- ②カットした豆腐を大きめのボウルへ入れ、そこに2リットルほどの熱湯を静かに入れ、そのまま放置しておく。
- ③にらは3cmほどにカットする。
- ④紹興酒・醤油・甜麵醬・コチュジャン・チキンスープをボウルに入れよく混ぜ合わせ、「合わせ調味料」を作る。
- ⑤火をかける前の中華鍋に、大さじ6のサラダ油と、小さじ2のすりおろしにんにくと、大さじ1～2の豆板醤と200gの牛挽肉を入れ中火で炒める。
- ⑥牛挽肉が香りよくカリッとなるまでしっかりと炒めます。
- ⑦「②」の豆腐をざるに入れお湯を切る。5分ほど置いておく。
- ⑧「⑥」の炒めた牛挽肉に「④」の合わせ調味料を入れ煮立たせます。
- ⑨「⑧」に湯切りした豆腐を静かに入れます。
- ⑩「⑨」が煮立ってきたら、水溶き片栗粉を入れ、豆腐が崩れないように静かにかき混ぜる。
- ⑪「⑩」に、にらと花椒粉を少々入れにらがしんなりしたら完成です。

Memo