

# トング豆腐

〈材料 4人分〉

・油	大1	
・古根	少々	
・豚肉細切れ	90g	
・干し椎茸	10g	
・人参	30g	
・水（椎茸戻し汁）	大4	} a
・砂糖	大1強	
・醤油	大1強	
・酒	小2	
・中華だし	少々	
・生揚げ	300g	
・さやいんげん	50g	
・水溶きでんぷん	大2	
・ごま油	小1	

〈作り方〉

- ① 生揚げの油抜きをして、食べやすい大きさに切っておく。
- ② さやいんげんはゆでて切っておく。
- ③ 油で古根を炒め、香りが出たら肉を入れよく炒め、人参（短冊切り）も炒める。
- ④ ③に a を入れて人参が柔くなるまで、煮る。
- ⑤ 生揚げを合わせる。
- ⑥ 水溶きでんぷんを入れ、ひと煮立ちしさやいんげんとごま油を入れて仕上げる。

