

揚げだし豆腐

和食 前菜

材料 (2人分)

木綿豆腐	1/2丁
小麦粉	適量
揚げ油	適量
もみじおろし	
└大根	5cm長さぐらい
└赤唐辛子	3本
青ねぎ	5cmぐらい
A	
└だし汁	100cc
└しょうゆ	大さじ1
└みりん	大さじ1



作り方

1. 豆腐を4等分にし、水きり(メモ参照)をする。
2. 【もみじおろしを作る】赤唐辛子はがくのほうから種を取り、だいこんに菜ばしで穴をあけ、そこに赤唐辛子を押し込め1時間おく。おろしがねでおろし、汁をきっておく。
3. 青ねぎを小口切りにする。
4. 鍋にAを合わせ一煮立ちさせて、つゆを作る。
5. 豆腐をキッチンペーパーで水気を拭き取って、揚げる直前に薄力粉をまぶす。
6. 170~180℃の揚げ油で豆腐を揚げる。
7. 豆腐を器に盛り、もみじおろしを添えて4のつゆを注ぐ。
8. 青ねぎをトッピングする。

- ×メモ・豆腐を水きりする方法
1. レンジで1分ぐらい加熱する。
 2. 熱湯にくぐらす。
 3. 重しをのせて、水きりする。

・簡単もみじおろし・・・大根おろし＋一味唐辛子→混ぜる

所要時間 40分
主な調理器具 揚げ油用鍋、鍋