



冷蔵庫に残りやすい豆腐や焼き肉のたれを使って簡単調理！

簡単スンドゥブ風

材料（2人分）

豚こま切れ肉	50g
焼肉のたれ	大さじ1
ごま油	適量
水	400cc
さつま揚げ(1cm幅に切る)	2枚
長ねぎの青い部分(斜め切り)	1/4本
ニラ(3cmの長さに切る)	1/4束
えのき茸(3等分に切る)	1/2袋
白菜キムチ	大さじ2～お好みで
絹ごし豆腐	1/2丁
みそ	大さじ1～お好みで
卵	2個

作り方

- ①豚肉に焼肉のたれをもみ込み、下味をつける。
- ②鍋にごま油を入れ熱し、豚肉を炒める。肉の色が変わったら、水を加える。
- ③煮立ったら、さつま揚げと長ねぎ、ニラの根元、えのき茸、白菜キムチを加え、さらに煮る。
- ④絹ごし豆腐を手で崩しながら加え、みそを入れる。残りのニラを加え、卵を落として火を止める。