



煮物

## 仙台 麩 と豆腐の煮もの



【材料】	分量 (4人分)
仙台 麩 (1cm幅の輪切り)	1本
木綿豆腐	1丁(400g)
大根 (5cm幅のいちよう切り)	中1/4本
人参 (5cm幅のいちよう切り)	中1/2本
【A】	
めんつゆ	150ml
砂糖	大さじ1
水	300ml
酒	大さじ1

### 【調理方法】

1. 木綿豆腐は水を切り、縦半分に切っておく。
2. 鍋に【A】を煮立たせ、木綿豆腐を手でちぎりながら加え、仙台 麩、大根、人参を加えて落としふたをして中火で約15分煮る。