



創作料理

仙台あげ麩でチーズタッカルビ風



【調理方法】

1. ビニール袋を2重に重ねてたれの材料を加えて混ぜる。
2. 1)の袋に仙台あげ麩と玉ねぎ、キャベツを合わせ混ぜ合わせ、もみこみで20分ほどなじませる。
3. ホットプレートにゴマ油をひき熱くなったら2)を汁ごと加えて焦げない程度250℃に設定して炒める。
4. 中央に1/3程度の溝を作り溶けるチーズを加える。ホットプレートの温度を140℃に下げる。
5. チーズが溶けたら保温にして絡めていただく。
※トッポギやおもちを加えるとなお本格的です。

【材料】	分量 (4人分)
仙台あげ麩	1袋
玉ねぎ (一口大に切る)	1/2個
キャベツ (一口大に切る)	1/4個
溶けるチーズ	200g
ゴマ油	大さじ1~2
【たれ】	
コチュジャン	大さじ3
酒	大さじ3
砂糖	大さじ2
しょうが (すりおろし)	小さじ1
にんにく (すりおろし)	1片