



### 【材料二人分】

三角油揚げ	1枚
牛肉	100g
キムチ	200g
もやし	100g
ニラ	1/2束
ねぎ	1/2本

木綿豆腐	1/4丁
ごま油	大さじ2
味噌	大さじ1
だし汁(又は水)	500ml

〒018-0711

秋田県由利本荘市岩谷町字十二柳117

佐々木商店 責任者 佐々木誠

URL <http://www.aburaage.net/>

工場 秋田県由利本荘市岩谷町字日渡18-1

TEL 0184-65-3061 FAX 0184-65-3686

E-mail [info@aburaage.net](mailto:info@aburaage.net)

三角油揚げは8等分にカットする。



土鍋にごま油をひき、牛肉を炒める。

火が通ったら土鍋にだし汁(又は水)を入れる。

味噌、キムチを入れ、良く混ぜる。

もやし、ニラ、ねぎを入れ、三角油揚げを入れたら、15分ほど弱火で煮る。

最後に木綿豆腐を入れ、一煮立ちしたら完成。

**1Point!**

三角油揚げは煮つゆが良く染み込みますので、あらかじめ『つゆだく』でお作り下さい。

