



## 【材料二人分】

- |         |       |
|---------|-------|
| ① 三角油揚げ | 2枚    |
| ② たまねぎ  | 1/2個  |
| ③ 卵     | 2個    |
| 以下 井つゆ  |       |
| ④ だし汁   | 150cc |
| ⑤ 醤油    | 大さじ3  |
| ⑥ みりん   | 大さじ1  |
| ⑦ 酒     | 大さじ1  |
| ⑧ 砂糖    | 小さじ1  |

**1Point!**

井つゆの代わりに、別売りの『三角油揚げのつゆ』をお使い頂くと、より簡単に美味しく召し上がれます。

① 三角油揚げ2枚を1.5cm程度に切る  
(カツ丼風に)



② フライパンに井つゆを入れて煮立て、薄切りにしたたまねぎをしきつめ、その上に①の三角油揚げのせて弱火で4～5分煮る



③ 軽くいた卵を回し入れ、半熟状になったら火を止め、フタをして1～2分蒸らす



④ 深めのお皿に盛りつける  
ご飯を入れた丼に盛りつけ  
油揚げ丼としてもOK

