



トマト麻婆

中華の定番、麻婆豆腐をトマトで。
コクがあるのにサッパリして、初夏の食卓にぴったりです。
ごはん、麺に、いろいろな組み合わせを楽しんでください。



●おいしく作るポイント●



POINT 1

火の通りやすいトマトは最後に入れます



POINT 2

トマトがぐたっとしてきたら片栗粉を入れます

〈材料（4人分）〉

- トマト 大1個
- 豚挽肉 150g
- モヤシ 1袋
- ネギ 1/2本
- ショウガ 1片
- 豆板醤 小さじ1
- サラダ油 大さじ1
- 塩、こしょう 各少々
- 片栗粉 大さじ1/2
- 万能ネギ 適宜

A

- 水 200ml
- 鶏ガラスープの素 小さじ1と1/2
- 赤みそ 大さじ1と1/2
- 砂糖 大さじ1
- しょうゆ 大さじ1

〈作り方〉

- ① トマトは大きめの一口大に切り、ネギとショウガはみじん切りにする
- ② Aの材料を混ぜ合わせておく
- ③ フライパンに油を入れ、ネギとショウガ、豆板醤を炒める
- ④ 豚挽肉を加えて色が変わるまで炒めたら、モヤシを加える
- ⑤ Aを加えて沸騰させ、トマトを加えてさっと火を通す (Point1)
- ⑥ 片栗粉を同量の水でといて加え、とろみをつける (Point2)
- ⑦ 器に盛りつけて青ネギをちらし、お好みでこしょうをふる