



豆腐と卵の茶碗蒸し

作り方

材料（2人分）

絹ごし豆腐	1/4丁
卵	1個
みつば	少量
めんつゆ	大さじ1弱
水	60ml

①絹ごし豆腐は、水気をきっておきます。

②ボウルに豆腐を入れ、滑らかになるまでよくつぶし、ペースト状にします。

③つぶした豆腐に溶き卵を加えて混ぜ合わせます。

④耐熱容器に③を入れ、めんつゆ、水を加えてラップをして、電子レンジで2分加熱します。

⑤取り出したらみつばを入れます。

倍量で作るときは、3分間加熱してください。

