



枝豆と豆腐の ディップ

材料

- 枝豆(冷凍) …100g
水 …大さじ2
絹ごし豆腐 …60g
- A 粉チーズ …大さじ1/2
オリーブ油 …小さじ1
塩 …適量
黒粒こしょう …適量
- クラッカー …適宜
お好みの野菜 …適宜

作り方

- 1 基本の塩味枝豆を作り、豆をさやから取り出して粗みじんに切る。
- 2 本体にすのこを入れ、豆腐をのせる。電子レンジ(500W)で1分加熱する。
- 3 本体から豆腐とすのこを取り出し、水気をふき取る。本体に豆腐を戻し、ゴムベラ等でつぶす。
- 4 3に1とAを加え、混ぜ合わせる。クラッカーや野菜等に、つけながらいただく。

加熱前



すのこに使用