



おぼろ豆腐と豚肉の 「スンドゥブチゲ」風

材料

- 基本のおぼろ豆腐 …1回分
- 豚肉 …20g
- しめじ …20g
- 白菜キムチ …30g
- ニラ …5g
- 水 …50ml
- ※鶏ガラスープの素 …小さじ1/2
- ごま油 …少々

※商品によって分量が異なります。
商品に表記されている使用量を
目安に調整してください。

作り方

- 1 基本のおぼろ豆腐の作り方
1、2と同様に作る。豚肉は一口
大に切り、しめじは石突きを切
り落とす。ニラは2cm幅に切る。
- 2 外したフタに水を入れ、鶏ガラ
スープの素を加えて混ぜる。1
の豚肉を水に浸かるように入れ、しめじをほぐしながらのせる。キムチとニラも加える。電子
レンジ(500W)で2分加熱する。
- 3 温かいおぼろ豆腐は大きめの
スプーンで4~5等分し2の具
材とスープをそっとのせる。仕
上げに、ごま油を回しかける。