



豆腐の土佐煮

おだしと豆腐だけのシンプルでとっても優しい味わいの一品。おだしに使った花かつおもそのままお召し上がりいただけますので、動物性と植物性のダブルたんぱくです！

材料（2人前）

昆布だし 150ml

豆腐 200g

味醂 小さじ1

濃口醤油 小さじ1

薄口醤油 小さじ1

削り節 4g

作り方

- 1 昆布だしに豆腐を手でほぐしいれてグツグツさせる
- 2 味醂、濃口・薄口醤油で味を整える。
- 3 お豆腐の芯まで温まってきたら上から削り節を加え1~2分コトコトさせ火を止めて一度常温まで冷ましてできあがり。*食べるときは再度温めてからお召し上がりください。

このレシピで使った商品



花かつお



利尻昆布（上）