

## 「豆腐のおやしき」

### ◆ 材 料 ◆

- ・ 木綿豆腐 1/2丁
- ・ グリンピース 適量
- ・ 塩昆布 適量
- ・ にんじん 1/4本
- ・ 卵 1個
- ・ 片栗粉 少々
- ・ 油 適量
- ・ 青しそ 2枚
- ・ レモン 1/6個



### ◆ 作り方 ◆

- (1) 豆腐を水切りしておく
- (2) ボールに(1)とグリンピース、塩昆布、細かく切ったにんじんを入れて混ぜる。
- (3) (2)の中に卵と片栗粉を入れ、混ぜ合わせる。
- (4) (3)をスプーンで丸い形に整え、フライパンで焼く。
- (5) (4)を皿に盛り、青しそとレモンを添える。