

# 忙しい朝でも、 簡単に豆腐ステーキ



## ★材料（2人分）

材料名	切り方	分量
木綿豆腐	1cm厚さ	200g
しょうゆ	A	大2/3
酒		大2/3
みりん		大2/3
ごま油		2g
かつお節		2g
小ねぎ	小口切り	10g

## ★作り方

1

中火で熱したフライパンにごま油をひき、1を入れて蓋をして両面を焼く。

2

こんがり焼いたら、Aを加える。  
かつお節と小ねぎを散らす。

## ポイント

木綿豆腐に小麦粉や片栗粉を付けて焼くことでカリッとした仕上がりにもアレンジできます。