

# 揚げのそぼろみそ丼



越前市名物『厚揚げ』を使って、子どもに人気のみそ味丼ぶりを紹介します

<4人分>

厚揚げ・・・2枚      鶏ひき肉・・・150g  
砂糖・・・大1      酒・・・大1  
醤油・・・小1      しょうが・・・ひとかけ  
酒・・・大1      むき枝豆・・・少々  
みそ・・・大2  
みりん・・・大1  
だし汁・・・1/2カップ  
玉ねぎ・・・1/2個

## 作り方



①揚げは油ぬきをして、短冊に切る。

②玉ねぎは、薄切りにする。

③しょうがは、みじん切りにする。

④調味料を合わせておく。

⑤フライパンに①と④の2/3量を入れ、火にかけて下味をつけ、取り出す。



⑥同じフライパンで鶏ひき肉と酒、しょうがを炒め、鶏ひき肉の色が変わったら玉ねぎを加え、さらに炒める。

⑦⑤を戻して、残りの調味料を入れる。最後にごま油を入れる。