



豆腐ステーキのきのこあんかけ

材料：2～4人分 （21cmのフライパン）

木綿豆腐-----1丁（400g）	<u><きのこあん></u>
青ねぎの小口切り-----適量	まいたけ-----小1/2株（50g）
小麦粉・サラダ油	しめじ-----小1/2株（50g）
	しいたけ-----3枚
	玉ねぎ-----1/4個
	だし汁-----200ml
	日本酒・みりん-----各大さじ2
	しょうゆ-----大さじ1・1/2
	かたくり粉-----大さじ1

作り方：

- 豆腐を焼く。
豆腐は4等分に切り、耐熱皿にのせて電子レンジ（600w）に3分かける。
余分な水分を捨て、ペーパータオルに包んで水気を取る。
小麦粉をまぶし、油をひいたフライパンで焼き色がつくまで強火で焼く。器に盛る。
- きのこあんを作る。
まいたけ、しめじは小房に分ける。しいたけと玉ねぎは薄切りにする。
豆腐を焼いたフライパンに、きのこ玉ねぎ、だし汁、日本酒、みりんを入れて火にかける。
具が煮えたら、しょうゆで味を調べ、同量の水で溶いたかたくり粉でとろみをつける。
- 豆腐にきのこあんをかけ、青ねぎをちらす。