

## 体に優しい田舎料理レシピ NO.9

### 空芯菜と豆腐のあんかけ

#### 材料(1人分)

空芯菜(100g)、空芯菜入り豆腐(1/2丁)  
煮汁<だし汁(1カップ)、みりん(小さじ2)、しょうゆ(小さじ2)、  
塩(ひとつまみ)>  
水溶き片栗粉<片栗粉(小さじ1/2)、水(小さじ1)>

#### 作り方

空芯菜入り豆腐は食べやすい大きさに切ります。  
空芯菜は洗って3センチの長さに切ります。  
鍋にだし汁を入れて温め、分量の調味料を加えて味を調え、 を入れて  
温まる程度に煮上げ、豆腐を崩さないようにして器に盛ります。  
の煮汁に空芯菜を加えてサッと煮て、分量の水で溶いた水溶き片栗粉を  
加え、濃度をつけます。  
の豆腐の上に のあんをかけます。

道の駅たまがわ こぶしの里