

大豆肉の生姜焼き



材 料

大豆肉（スライス・乾燥）	25 g	油	適量
玉ねぎ	小1/4個	うすくち醤油	大さじ1
土生姜	5 g	酒	大さじ1
添え野菜	適量	みりん	大さじ1

作り方

- ① 大豆肉は、熱湯で約5分茹で、流水にくぐらせてからザルにあげて水を切る。
- ② 玉ねぎはスライスに、土生姜はせん切りにする。
- ③ 熱したフライパンに油をひき、玉ねぎと大豆肉を炒め、調味料と土生姜を絡ませる。
- ④ お皿にお好みの添え野菜と一緒に盛り付ける。