

高野豆腐のそぼろ煮		5人分 (3歳以上児)
材料	分量	作り方
高野豆腐	2個	<ol style="list-style-type: none"> 1. 高野豆腐は、ぬるま湯で戻して、角切りにする。 2. フライパンに油を熱し、鶏ひき肉を炒めてだし汁と調味料を入れたあと、高野豆腐を加えて煮る。 3. 水溶き片栗粉でとろみをつける。
かつおだし汁	150ml	
鶏ひき肉	100g	
しょうゆ	小さじ1と2/3	
砂糖	小さじ1と1/2	
みりん	小さじ1と2/3	
油	適量	
片栗粉	小さじ1と1/2	
水	小さじ2	

