

肉巻きとうふ



材料（2人分）

便利とうふ	10個
豚バラ肉	5枚
塩コショウ	適量
すき焼きのタレ	200cc
油	少々



豆腐は凍ったまま使用するので、簡単に豚肉で巻くことができます。

作り方

- ① 豚バラ肉を半分に切り、まな板に豚バラ肉を広げ、塩コショウで下味を付ける。
- ② 凍った【便利とうふ】を豚肉でくるくると巻く。（豚バラ肉1枚で2個分巻けます）
- ③ フライパンに油を引き、②を入れる。
- ④ 裏返ししながら、表面に焦げ目が付く程度焼く。
- ⑤ 焼き目がついたらすき焼きのタレを入れて蓋をして15分弱ほど煮込む（途中でひっくり返す）
- ⑥ 肉がとうふを締め付け、とうふ全体に味が染み込んだら出来上がり。

このレシピに合う商品（豆腐サイズ）

ブロック



株式会社 マメックス

MAMEX FOODS