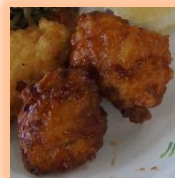


豆腐だんごのフワフワした食感とケチャップソースがおいしい♡



豆腐だんごの ケチャップ煮



* 材 料 * 4人分 *

・木綿豆腐	200g	・ケチャップ	30g
・鶏挽肉	60g	・中濃ソース	20g
・卵	1 個	・砂糖	10g
・薄力粉	30g	・油(揚げる用)	適量
・片栗粉	30g		
・ねぎ	30g		

* 作 り 方 *

1. 豆腐は水気を切っておく。
2. ねぎをみじん切りにする。
3. 1、2、鶏挽肉、卵、薄力粉、片栗粉を混ぜ合わせる。
4. 3を油で揚げる。
5. ケチャップ、中濃ソース、砂糖を混ぜ合わせ、ソースを作る。
6. 4に5をかける。

☆ 材料は、おおよそ「子ども4人分」の分量です。
この分量を目安に、加減をしながらご家庭で
作ってみてください😊