

おうち de 満洲レシピ

Vol.40

秘伝豆入り がんもどき

お生姜
好み
み
の
油
の
タ
レ
で
ど
う
ぞ
!



外はカリッと、
中はふわっふわ♪

材料
(6個分)

●木綿豆腐…1丁

A

★塩ゆで秘伝豆…40g

●乾燥ひじき…3g

●人参(細切り)…20g

B

●溶き卵…1/2個

●片栗粉…大さじ1

●塩…小さじ1/2

●揚げ油…適量

作り
方

- ① **秘伝豆**は、解凍しておきます。ひじきは水で戻しておき、豆腐は水気を切って、下準備をします。
- ② ボウルに、豆腐を入れて軽く手でつぶします。
A を入れ混ぜて、**B** を入れ混ぜ合わせます。
- ③ ②を6等分し、丸めて少し潰します。揚げ油を170℃に熱し、キツネ色になるまで揚げたら完成です。

レシピ考案者 花小金井北口店 山田

★マークは自家製お土産商品です。

ぎょうざの満洲

ひじきと秘伝豆の炒め煮

おいしいよー♪



和食の定番!

★塩ゆで秘伝豆…100g

※1人前の盛りつけ

材料 (4〜5人前)

●ごま油…大さじ2

A

- 乾燥ひじき…25g
- 人参(細切り)…100g
- 油揚げ(5mm幅に切る)…1枚

●水…200cc

B

- 醤油…大さじ3
- 酒…大さじ2
- みりん、砂糖、ハチミツ…各大さじ1

※「めんつゆ」でも代用できます。

作り方

- ① **秘伝豆**は、解凍しておきます。ひじきは水に漬けて戻し、ザルに上げ、しっかりと水気を切ります。
- ② 鍋にごま油を入れ、**A**を入れ軽く炒めます。
- ③ 水・**B**を加え、汁気が少なくなるまで炒めます。
- ④ **秘伝豆**を入れ、さっと混ぜ合わせたら完成です。

★マークは自家製お土産商品です。

レシピ考案者 花小金井北口店 山田

お土産コーナーで
販売中!

解凍して、
そのまま食べてもおいしい。
料理にも、お使いいただけます。



冷凍 山形県産
塩ゆで秘伝豆

[200g]

190円(税込)

お試し価格