

厚揚げとトマトの酢豚風

材料 (4人分)

厚揚げ	1.5~2枚	
トマト	1個	
玉ねぎ	1個	
人参	1/2本	
ピーマン	1個	
塩こしょう	少々	
酢	大さじ1	} A
しょうゆ	小さじ2	
砂糖	小さじ2	
片栗粉	小さじ2	
油	適量	



作り方

- ① トマト・玉ねぎ・ピーマンは角切りにする。厚揚げはさっと熱湯をかけ、一口サイズに切る。人参は乱切りにし、電子レンジで加熱しておく。Aは混ぜておく。
- ② 鍋に油を熱し、玉ねぎ・人参を炒めて塩こしょうをする。厚揚げ・トマト・ピーマンを加えて炒める。
- ③ Aを加えて煮て、水溶き片栗粉でとろみをつける。