

おもてなし濃厚ごまとうふ



使用商品：胡麻濃厚金ごまとうふ 50g
胡麻濃厚黒ごまとうふ 50g
胡麻濃厚白ごまとうふ 50g
金ごまマヨドレ 285ml
金ごまぼんず 315g

<材料> 4人分

濃厚胡麻とうふ(3種)	3個
海老+きゅうり	
うずら卵(茹で)+ブロッコリー	
青ジソ+いくら	
ミニトマト+刺身用イカ	
わさび醤油	
金ごまマヨドレ	
金ごまぼんず	

<作り方>

1. 濃厚胡麻とうふは4つに切る。
2. 海老は背ワタを取り、酒をふりかけ酒蒸しにし、3つに切る。きゅうりの薄切りとともにトッピング。
3. 茹で鶏卵は半分に切り、茹でたブロッコリーとともに、トッピング。
4. 青じそのせん切りといくらをトッピング。
5. ミニトマトと刺身用イカをトッピング。
6. それぞれをわさび醤油、金ごまマヨドレ、金ごまぼんずなどで食べる。