

## 野菜たっぷりの豆乳濃厚胡麻とうふ鍋



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

### <材料> 4人分

濃厚胡麻とうふ(3種)	4個
水菜	1/2束
えのき	1パック
白ねぎ	1本
白菜	4枚
焼きあなご	3尾
しめじ	1パック
豆乳	3カップ
だし汁	3カップ
調味料A 醤油	大3
酒	1/2カップ
塩	小2/3

### <作り方>

1. 水菜は4cmに切り、えのきは半分に切り、ねぎは斜め切り、白菜・あなごも4cmに切り、しめじは小房にわける。
2. 鍋に豆乳、だし汁、調味料Aを加え、真ん中に濃厚胡麻とうふを入れ、まわりに1.を入れる。
3. 材料が煮え、濃厚胡麻とうふが柔らかくなれば器に取り、スープごと食べる。