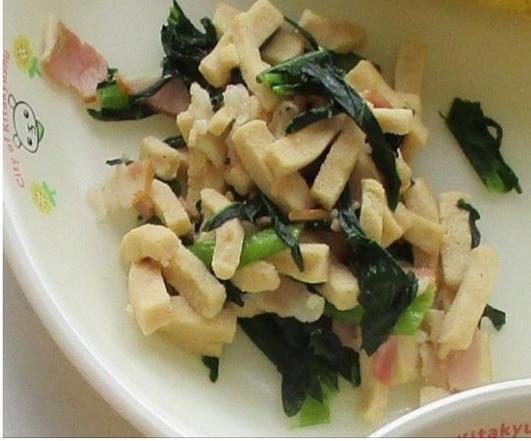




## 小松菜と凍り豆腐のベーコン炒め



### ☆☆ワンポイント☆☆

凍り豆腐は煮物だけでなく、炒め物にも使えます。食感のよい凍り豆腐に、ベーコンのうま味がしみわたり、野菜もしっかり食べることができます。小松菜や凍り豆腐を使っているため、カルシウムたっぷりのおかずです。



#### 【材料】(4人分)

ベーコン	20g	
凍り豆腐(細切り)	20g	
小松菜	70g	
サラダ油	小さじ1/2	
A	オイスターソース	小さじ1
	酒	小さじ1
	みりん	小さじ2/3
塩・洋こしょう	少々	

#### 【作り方】

- ① 凍り豆腐はぬるま湯でもどし、水気をきる。ベーコンは1cm幅に切る。小松菜は3cmに切り、ゆで、水冷し、水気をきる。
- ② サラダ油を熱し、ベーコン、凍り豆腐を炒める。
- ③ 小松菜を入れ、炒める。
- ④ Aで調味し、塩、洋こしょうで味をととのえる。