

### 豆腐de角煮風

#### 豆腐de角煮風

豆腐をしっかり水切りして  
豆腐を3枚にスライス?!  
肉と豆腐を交互にしてミルフィーユの様に  
重ねて煮ます。

生姜たっぷりて身体も温まるし  
ボリュームもあるので  
お腹も満足♪♪

豆腐をしっかり水切りする事と  
豆腐を均等に3枚にスライスできるかが  
ポイント!  
スライスには高さ確保にタッパーのふた、  
綺麗に切るのに糸を使用しました。  
GOOD! でした!



### にんじんde卵豆腐 & おからの韓国風スー プ

#### にんじんde卵豆腐

ほんのり人参の味がして  
塩とオリーブオイルで頂く  
さっぱりとした卵豆腐です。

#### おからの韓国風スープ

キムチをスープに使う発想は  
無かったけど、こういう使い方で  
簡単に韓国風スープができるんだ!と  
ちょっと驚き(^.^)  
おからも入って栄養もお腹も満点

