

# ごま豆腐

できたてが一番おいしい。簡単なのに本格派の味。

- \*冷やし時間除く
- \*エネルギーは1人分の値です



調理時間	15分
カロリー	263kcal
できあがり	6~8人分

## 材料

ねりごま白	1/2カップ
本くず	50g
水	3カップ
ごま油	小さじ1

### <A>

しょうゆ	適宜
わさび	適宜

### <B>

マヨネーズ	適宜
しょうゆ	適宜
おろししょうが	適宜

## 作り方

- ① 本くずと水を合わせて溶かし、一度こし、ねりごま白を加えます。
- ② ①を火にかけて終始かき混ぜ、のり状になってきたらごま油を加えて、しばらく沸騰させて練り上げます。流し型に入れて冷やし固めます。  
※火にかけた後は焦げやすいので気をつけてよく練ります。
- ③ 切り分けて皿に盛ります。
- ④ <A>しょうゆをかけ、おろしわさびを添えていただくか、<B>マヨネーズとしょうゆを混ぜたソースをかけ、おろししょうがを添えていただきます。