

料理：からし焼き

参照 YouTube 動画：料理研究家リュウジのバズレシピ

動画タイトル：これマジで普通の肉豆腐より断然ウマイです。下町の超酒泥棒豆腐【からし焼き】

《材料》

豚バラ肉	150g(豚ロースでも可)
絹豆腐	300g
玉ねぎ	1/4 個 (60g ほど)
にんにく	2〜3 片
きゅうり	1/2 本
小ネギ	適量
ラード	大さじ 1
醤油	大さじ 1 半
みりん	大さじ 1
酒	大さじ 2
豆板醤	大さじ 1
砂糖	小さじ 1
一味唐辛子	小さじ 1/3
水	大さじ 2
味の素	5 振り
☆仕上げに小ネギ	お好み
★味変でタバスコ	お好み

《工程》

1. 玉ねぎを 1/4 を繊維に逆らうように切って 6 等分くらい
具材っぽい感じにしたいので、ざっくり大き目
2. にんにく 1 片をみじん切りにする
3. きゅうりを半分に切ってから斜めに細切りにする
4. ラードを大さじ 1 くらいを鍋で熱する。なければサラダ油でも OK
5. ラードを熱した小鍋かフライパンに切った豚バラを入れていためる
カリカリにしない。焦げめげついて脂がでるくらい
6. 軽くいたまったらにんにくを入れる
7. ニンニクの香りがしてきたら玉ねぎを投入
8. 肉が焦げず、ニンニクも焦げず、玉ねぎが透き通ってきた状態になるまで炒める
9. 豆腐を投入しスプーンで大降りにくずす
10. しょうゆ大さじ 1 半、酒大さじ 2、みりん小さじ 2、砂糖小さじ 1/3 を入れ、豆板
醤大さじ 1 を油に溶かす
11. おろしにんにく 1 片、一味唐辛子、味の素 5 振り、水を大さじ 2 程度いれる
12. 豆腐を入れて弱火から中火くらいで煮る
13. 豆腐に汁をかけたりひっくり返したりしながら 2 分ほど煮たら火を止める
14. 仕上げにきゅうりを盛って、お好みで小ねぎ乗せて完成

※本稿は元動画を参照しておりますが、工程や材料などの編集や多少個人的に言い回しの脚色などありますので

忠実に文字に興しているわけではありません。忠実に知りたい方は元動画をご視聴くださいませ。