

# 高野豆腐の卵とじ



## 作り方

- 1 高野豆腐は通常サイズのものを使用する際は戻して水気を絞り、1cm幅の薄切りにしておく。
- 2 玉ねぎは高野豆腐の大きさに合わせたスライスにする。
- 3 鍋に出し汁を入れ、玉ねぎがやわらかくなるまで煮る。
- 4 玉ねぎがやわらかくなったら調味料を加え、高野豆腐も加えてさっと煮る。味を含んだら、溶き卵を回し入れる。卵にしっかり火が通ったらできあがり。



高野豆腐はいろいろな大きさがあります。味噌汁用などの小さく刻まれている物を選ぶと手軽です。写真で言うと下段中央の物を使っています。（写真は旭松食品さん提供）

## 材料（4人分）

高野豆腐16g 玉ねぎ1/4個

卵L玉1個

醤油大さじ1/2 みりん大さじ1/2 酒大さじ1/2

砂糖 小さじ2/3 出し汁200ml