



美味しいみそ田楽♪
ふたつの食感を一緒に
楽しみましょう



サイコロ辛みそ田楽

材料（4人分）

こんにゃく 1枚
焼き豆腐 1パック
ねぎ 適量

<調味料>

カミヤフレンチ味噌 大さじ3
カミヤ豆板醤 小さじ2~3
水 大さじ1



お好みで、からしを付けて
召し上がれ♪

作り方

- 1 焼き豆腐とこんにゃくを2~3センチ角のサイコロ状に切ります。
(こんにゃくは格子状に上下切り込みをいれておくと味がしみこみやすくなります)



- 2 コンニャクを下ゆでします。
(沸騰したお湯で3分くらい) ざるにあけます。

- 3 小鍋に調味料をいれ、ふつふつしたらこんにゃくを入れ、ごく弱火で5分くらい煮からめます。
- 5 焼き豆腐を入れ、崩さないように木べらなどで丁寧

- 6 火を止めて、10分くらいそっとしておきます(味がしみこみます)



- 7 食べる直前に温めなおして、熱々してから器に盛り付けて、ねぎを添えます。