

伝えて  
いきたい!

# 滋賀の食材で ほっこりうちの味

第40回 厚あげの焼きぽん酢

作って  
みて!

あと一品という時や、おつまみに、さっとできる簡単メニューです。

## ワンポイントアドバイス

豆腐を揚げて作る厚あげは、生あげともいいます。豆腐の栄養が凝縮され、油も加わることでタンパク質や脂質などの栄養価が高くなります。



1022 冷蔵 次:5月 回:4回 田中豆腐店

きぬ厚あげ

4個入

原料:遺伝子組換えでない

消費期限:お届け日含め3日

本体 195円  
(税込 211円)

1036 遠藤醤油

まろやか 味付ぽん酢

500ml ★

熟成本醸造しょうゆと純米酢のブレンドにより、まろやかにしました。

賞味期間:1年

本体 400円  
(税込 432円)

小麦

## 《材料》

(2人分)

- 1022 きぬ厚あげ ..... 4個
- 大葉 ..... 6枚
- 青ねぎ(小口切) ..... 1本
- 土生姜(みじん切) ..... 1/2片分

A 1036 まろやか味付ぽん酢

- ..... 大さじ2
- 練り辛子 ..... 小さじ1/2

## 《作り方》

- ①大葉は軸を切り落として半分に切り、せん切りにして水にさらし、軽く絞る。青ねぎ、土生姜と合わせておく。
- ②厚あげは熱湯を回しかけて油抜きし、温めたオーブントースターで6~8分位焼く。食べやすい大きさに切って器に盛り、①をのせる。Aを混ぜ合わせて上からかける。

