



豆腐ステーキ ごぼうと きのこの赤ワインソース

所要時間
35
MIN

豆腐が食べ応えある洋食の一皿に。香ばしく炒めたごぼうとベーコンがコク深い
ごちそうソースで簡単おうちレストラン。お肉にもよく合います。

【材料（4人分）】

CO・OP国産大豆 100%使用木綿とうふ	700g（2丁）
塩	小さじ1/2
小麦粉・オリーブ油.....	各適量
CO・OPベーコン（粗みじん切り）	2枚
ごぼう（薄いいちょう切り）	40g
A しいたけ（薄切り）	2枚
しめじ（長さ2等分）	1/3株
B CO・OP酸化防止剤無添加赤ワイン.....	160ml
みりん	大さじ3
しょうゆ.....	大さじ1
C バター	20g
こしょう	適量
ベビーリーフ	適量

【作り方】

1 豆腐は2重にしたキッチンペーパーに1丁ずつ包んで耐熱容器にのせ、電子レンジ（600W）で約5分加熱する。新しいキッチンペーパーで水気を拭いて幅・厚さとも2等分に切り、両面に塩を振って小麦粉をまぶす。

2 フライパンにオリーブ油大さじ2を中火で熱し、1を入れて両面を焼く。焼き色が付き、表面がカリッとしたら器に盛る。

3 2のフライパンの汚れを拭いてオリーブ油少々を中火で熱し、ベーコン・水にさらして水気を切ったごぼうを入れてじっくりと炒める。香ばしく色付いたらAを加えてしんなりするまで炒め合わせる。Bを入れて5分程度アルコールを飛ばしながら煮詰め、Cを加えて混ぜ合わせる。バターが溶けたら火を止めて2にかけ、ベビーリーフを添える。