



絹豆腐と蟹と卵の白身を「淡雪」に見立てる  
中華の定番を帆立でアレンジ。

切りイカを出汁代わりに加え、  
和出汁で仕上げました。

長ネギをたっぷり加え、さっぱりとした後味です。



## 淡雪豆腐



### ～材料～

絹豆腐	180g	ボイル帆立	10個	長ネギ	50g
和出汁	100g	生姜	5g	塩	3g
ごま油	小さじ2	水とき片栗粉		水とき片栗粉	小さじ2
切りイカ	10g	片栗粉	大さじ1		

### 作り方

- 1, 絹豆腐を容器に入れ200Wの電子レンジで1分加熱し、水切りをします。  
(余計な水分が出て味がしみやすくなります)
- 2, 長ネギはみじん切りに、生姜は皮をむいてすりおろします。  
帆立は指で軽くほぐし、ヒモがついている場合は包丁で切って下さい。
- 3, 容器に豆腐は2cmの角切りにし、長ネギ、生姜、帆立、塩、和出汁をいれて  
500Wの電子レンジに7分かけます。
- 4, 熱いうちにすぐに同量の水で溶いた水溶き片栗粉を入れとろみをつけ、  
塩で味を整え香り付けにごま油をかければ出来上がり。