

焼肉のたれ
de
ドレッシング

焼肉のたれドレッシングで サラダ冷奴



【材料】 (2人分)

木綿豆腐	1丁
トマト	1個
かいわれ大根	1/2パック
水煮大豆	1/2袋

《タレの材料》

焼肉のタレ (お好みのもの)	大さじ2
ポン酢	大さじ1
ごま油	大さじ1

【下準備】

- ① 豆腐は水切りをしておく。
- ② ①の豆腐とトマトは食べやすい大きさに切る。
- ③ かいわれ大根は半分の長さに切る。
- ④ タレの材料を混ぜ合わせておく。

【作り方】

1. ボウルに②③の材料・水煮大豆を入れて混ぜ合わせる。
2. ④のタレをかけていただく。
※食べる直前にタレをかけるのがおススメ！



豆腐の水切り レンジで簡単

キッチンペーパーで豆腐を包んで、耐熱皿にのせる。(ラップは不要)

600Wで1分弱加熱して出来上がり～！！

※もうちょっと固めの豆腐にしたい時はその後に30分位
重しをのせておいても！！