

豆腐を辛味のきいたスープでいただく韓国の料理です。Let's try cooking!!

# スンドゥブ



エネルギー量 465 kcal

## 材料 (2人分)

豚バラスライス	... 100g
鶏がらスープ	... 320ml
粉末かつおだし	... 小さじ1/2
キムチ	... 50g
コチュジャン	... 小さじ1
ごま油	... 少々
にんにく(チューブ)	... 2cm
しょうゆ	... 大さじ1/2
酒	... 大さじ1/2
砂糖	... 大さじ1
塩	... 少々
絹ごし豆腐	... 400g
温泉卵又は卵	... 2個
万能ねぎ	... 2g

## 作り方

豚肉とキムチは食べやすい大きさに切る。万能ねぎは細かく刻んでおく。  
鍋に鶏がらスープと粉末のかつおだし、豚肉を入れ沸騰させる(アクはとる)。Aの調味料、キムチを加えて加熱する。

豆腐は1人4個分にカットして茹で、器に盛る。  
に をかけて万能ねぎと温泉卵をのせて完成。

温泉卵は生卵でも、卵なしでも大丈夫です。卵が入るとスープの味が少しマイルドになります。卵なしの場合は味付けを少し控えめにするとGoodです。

Memo

家庭ではスープにしめじやえのきだけなどのキノコを加えてもいいですね。

韓国のだしは「ダシダ」とか「タテギ」という名称で市販されているものもあります。利用してもいいですね。