

# 厚揚げとパプリカのりんご酢煮

鮮やかなパプリカの色が食欲をそそります



## 材料(4人分)

厚揚げ	……	2枚(300g)
赤パプリカ	……	1個
黄パプリカ	……	1個
ピーマン	……	1個
砂糖	……	大さじ2
しょうゆ	……	大さじ2
オリーブオイル	……	小さじ2
りんご酢	……	大さじ1/2
片栗粉	……	大さじ1

## 作り方

- 1 厚揚げは熱湯をかけて、2cm 角程度に切る。
- 2 パプリカ、ピーマンは半分に切り、種をとりだし一口大に切る。
- 3 フライパンにオリーブオイルを熱し、パプリカ、ピーマンを炒める。
- 4 3が、しんなりしたら、厚揚げを入れさっと炒める。100mlの湯を注ぎ、砂糖、しょうゆを加え3分程度煮る。
- 5 片栗粉を同量の水でとき、4に加えとろみをつけ、最後に酢を加える。