

# えだまめとうふ 枝豆豆腐

## 材料

枝豆 300g  
豆乳 100cc  
だし汁 1カップ  
粉寒天 4g  
・ 塩 小さじ1/2  
・ 薬味 ・ うすくちしょうゆ  
みょうがや しょうが 1

夏は枝豆の美味しい  
季節です。  
豆乳も使っているのぞ  
からだしにやさしい  
レシピです。

## 作り方 1

枝豆をさゆから  
出し、やわらかくゆて  
うす皮をむく。  
枝豆・半量のだし汁  
豆乳をミキサーにかけ  
ピューレにする

## 2

鍋に戻し  
残りのだし汁に  
1を加え塩と  
うすくちしょうゆを加え  
煮立たせる

## 3

煮たってきたら  
寒天を加えて  
よく混ぜ  
しっかり溶かす

## 4

器に流し入れ  
冷やし  
固める

## 5

固まったら  
お好みで。  
おろしたしょうがや  
みょうがをのせる  
・ おしょうゆや  
めんつゆなども  
あいを付けて  
かけても美味しい  
です