

3. 簡単ソースメニュー

豆腐と明太子とクリームチーズのディップ～クリーミーな舌触りに明太子の風味が広がる万能ディップソース～



材料

絹ごし豆腐（水切りしてちぎる）	1/6 丁
□ クリームチーズ（柔らかくしたもの）	大さじ 1
A からし明太子（ほぐす）	1/2 腹
└ お好みの野菜・バゲット	適量

作り方

- 1 ココットに A を入れ混ぜる。
- 2 (1) をスライスしたバゲットや、野菜に添える。

おすすめのワインタイプ

さわやかな白ワイン

サイコロステーキの豆板醤ソース～豆板醤ソースは火を使わずにできる万能たれ～



材料

牛肉（ひと口大）	60g
ねぎ（みじん切り）	大さじ 1
しょうが（みじん切り）	小さじ 1
酢	大さじ 2
A ごま油	大さじ 1/2
しょうゆ	小さじ 2
砂糖	小さじ 1/2
└ 豆板醤	小さじ 1/3
塩・こしょう	少々
油	適量
クレソンなど好みの野菜	適量

作り方

- 1 牛肉は塩・こしょう、油を熱したフライパンで焼く。
- 2 ココットに、A を入れて混ぜる。
- 3 皿に(1)、付け合わせの野菜を盛り、(2) をかける。

おすすめのワインタイプ

コクのある赤ワイン