



調理法を知って上手に盛り入れましょう！  
一皿一皿に  
いつもの作り方や食べ方を少し変えるだけで AGE 除滅内蔵味！  
気軽に始めてみましょう

**人参と高野豆腐の水炒め**

※材料 2人分  
人参 1本、高野豆腐 100g、油 大さじ 2、塩 少々、醤油 大さじ 1、酒 大さじ 1、水 100ml、砂糖 少々

※作り方  
1. 人参は皮を剥き、縦半分に切ります。高野豆腐は縦半分に切ります。

※ポイント  
人参は皮を剥き、縦半分に切ります。高野豆腐は縦半分に切ります。

