

溫情關東煮

沒有什麼比一碗熱騰騰的關東煮更暖心了。天冷時，用家中就有的醬料，如日本昆布醬油、味霖和水，就能調出好喝的湯汁，更可以用番茄醬和甜辣醬，做出和外頭媲美的關東煮沾醬！



材料

- 白蘿蔔
- 玉米

(素關東煮素料)

- 素貢丸
- 素竹輪
- 油豆腐
- 蒟蒻

調味料

水 1000克
味霖 15克
昆布醬油 60克
市售甜辣醬
番茄醬 60克
水 300cc
糯米粉水 適量
糖 20克

作法

1. 玉米、白蘿蔔切大塊。
2. 取鍋加入水煮滾，再放入甜辣醬、番茄醬煮勻，再以糯米粉水勾芡即成甜辣沾醬。
3. 將水、味霖、昆布醬油放入鍋中，小火煮滾。
4. 放入白蘿蔔、玉米慢煮約15分鐘。再放入素關東煮素料以小火慢煮，等3分鐘後入味，即可配合沾醬食用。



更多食譜
TzuChi.us/zh/VVM

f t i
@TzuChiUSA
#素行動