

キューピーマヨネーズ『ゴーヤーマヨチャンプルー』

材料(2人分)

ゴーヤー	1/2本(85g)
ベーコン(ブロック)	70g
木綿豆腐	1/2丁(180g)
卵	1個
塩	少々
コショウ	少々
キューピーマヨネーズ	大さじ2



作り方

- ① ゴーヤーは縦半分に切り、ワタと種を取り、3mm幅に切る。
- ② ベーコンは拍子切にする。
- ③ 木綿豆腐は水切りし、一口大に切る。
- ④ フライパンにマヨネーズ大さじ1を入れて火にかけて、焼き色がつくまで③を炒め、いったん取り出しておく。
- ⑤ 同じフライパンで②、①の順に炒め①に火が通ったら④を戻し入れ、溶いた卵を加える。
塩、こしょう、残りのマヨネーズで味をととのえる。