

ぐるなび

# Premium Meal Kit

プレミアムミールキット



## 菰田 欣也シェフ監修 花椒香る本格麻婆豆腐ミールキット

麻婆豆腐は作りたての味わいと香りが生命線。「4000 Chinese Restaurant」の味を再現するには、その都度肉を炒め、下ごしらえで豆腐の温度を上げ、豆板醤や豆鼓の深い味わいで煮ていく工程も欠かせない。精妙に調合されたスパイスは高温のオイルをかけて抽出した。とろみをつけた後に投入する。本調理に必要なのはわずか11分。レシピをなぞるだけで美味なる麻婆豆腐が完成し、レシピの意味を咀嚼（そしゃく）すれば、料理自体が上手くなる！



4000 Chinese Restaurant

### 菰田 欣也 シェフ

こもだ・きんや●1968年生まれ。1988年「赤坂四川飯店」に入店し、陳建一の下で修行を始める。2001年、渋谷セルリアンタワー内にオープンした「スーツァンレストラン陳」渋谷店の料理長に。2008年には四川飯店グループの総料理長に就任。第5回中国料理世界大会で日本人初の金賞を受賞。2017年に独立して火鍋専門店「ファイヤーホール4000」（五反田）を開店。翌2018年には麻布十番店と、本人の集大成となる「4000 Chinese Restaurant」(南青山)を続けざまにオープンさせる。



4000 Chinese Restaurant

菰田シェフが経営するレストランの最高峰。

全8席のカウンターは菰田シェフ自らが立つシェフズテーブル。

他に4〜6名向けの個室もあり、中華に目がないグルメが毎日舌鼓を打っている。

# 菰田 欣也シェフ監修 花椒香る本格麻婆豆腐ミールキット

▶ 動画でポイントがわかる!

プレミアムミールキット  
つくり方の動画はこちら  
調理開始前に必ず1度ご視聴ください



調理時間 11分

(※別途解凍時間が2時間必要です)

## 入っているもの (2人前)

牛ひき肉 1P  
KMD麻婆ベース 1P  
KMD麻辣油粉 1P  
花椒 1P

## 用意するもの

木綿豆腐 1丁 フライパン  
水 150ml 軽量カップ  
片栗粉 12g お玉  
水 大さじ1+小さじ1 ボウル、ざる  
サラダ油 小さじ1  
塩こしょう 少々

### 事前準備

食材を解凍する。 前日から一晩(12~14時間)冷蔵庫に置いて解凍する。当日解凍の場合は流水で6分~8分。



#### 1 木綿豆腐をカットする。

木綿豆腐の厚みの半分に包丁を当て、一方の手で豆腐の上を軽く押さえる。そのまま平行に包丁を入れ2枚に切る。等間隔に包丁を入れて切り分ける。切り分けたらざるを重ねたボウルに入れる。



#### 2 木綿豆腐を温める。

▶ ポイント! 動画の4分34秒をチェック

沸騰したお湯を1のボウルに入れて、木綿豆腐を3分ほど温める。



#### 3 水溶性片栗粉を準備する。

片栗粉12gを水(大さじ1+小さじ1)で溶く。



#### 4 牛ひき肉を炒める。

▶ ポイント! 動画の6分20秒をチェック

フライパンを中火で熱し、サラダ油を引く。牛ひき肉を入れ、軽く塩こしょうをする。牛ひき肉の赤みが無くなるまで中火で炒める。



#### 5 フライパンにKMD麻婆ベースを入れる。

▶ ポイント! 動画の8分08秒をチェック

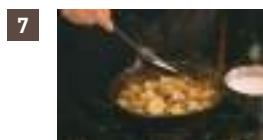
弱火にして、4にKMD麻婆ベースと水150mlを入れ、混ぜ合わせる。



#### 6 フライパンに温めた豆腐を入れる。

▶ ポイント! 動画の9分58秒をチェック

5に、2の木綿豆腐を湯切りして入れる。



#### 7 とろみをつける。

▶ ポイント! 動画の10分30秒をチェック

火を止めて6に3を加え、全体を混ぜてとろみをつける。  
※水溶性片栗粉は全体に回し入れ、ダマにならないようにする。



#### 8 KMD麻辣油粉を入れ、沸騰させて皿に盛る。

▶ ポイント! 動画の12分39秒をチェック

再度火をつけ、7にKMD麻辣油粉を入れて混ぜる。中火でひと煮立ちさせたら、皿に盛りつける。



#### 9 花椒をふりかけて完成。

仕上げに9に花椒をふりかける。

### ご利用者様アンケートのご案内

この度はぐるなびプレミアムミールキットをお買い上げいただきありがとうございました。皆様の貴重な意見を今後もより良い商品開発やサービス向上に向けて参考にさせていただきますので、サービス・商品に関するアンケートへのご回答お願い致します。アンケートのご回答はQRコードからお願い致します。



ぐるなび

Premium Meal Kit

プレミアムミールキット