きのこ汁

・材料（４人分）

とり肉　７５ｇ　　にんじん　中１/２本　　えのきだけ　１袋

しめじ　１パック　　しいたけ　３～４枚　　青ネギ　１５ｇ　　塩　少々

淡口しょうゆ　大さじ１．５　　けずりぶし　８ｇ　　水　６００ｃｃ

白玉粉　５０ｇ　　水　５０ｃｃ

・作り方

１、鍋に湯を沸かし、沸騰したらけずりぶしを入れてダシをとる
２、材料を切る　とり肉・・１～２㎝ほどの食べやすい大きさに切る
　　にんじん・・せん切り　えのきだけ・・根元を切り落とし、３㎝ほどに切る
　　しめじ・・根元を切り落とし、乱切り　しいたけ・・せん切り
　　青ネギ・・５㎜までの小口切り
３、ボウルに白玉粉を入れ、水を少しづつ入れながら全体がだんご状になるまでこねる
４、１でとったダシにとり肉・にんじんを入れる
５、沸騰してアクをとったらしいたけ・しめじを入れる
６、塩・淡口しょうゆを入れ、味をととのえる
７、沸騰したら、こねた白玉粉を食べやすい大きさにちぎって入れる
８、えのきだけを入れる
９、青ネギを入れてできあがり♪

＊調理師さんからのポイント＊

♪沸騰した湯に入れたけずりぶしは弱火で５分ほどコトコトたくと
いいダシがでますよ♪

♪白玉粉は汁の中に入れるとふくらむので、
思っている大きさよりも少し小さめに入れましょう♪