

のっぺい汁

・材料(4人分)

豚肉 50g 厚揚げ 80g ごぼう 1/3本 にんじん 中1/4本

大根 中1/8本 さといも 小4個 青ねぎ 少々 塩 大さじ1

淡口しょうゆ 小さじ4 片栗粉 小さじ1 けずり節 8g 水600cc

・作り方

1、鍋に水を入れ、沸騰したらけずり節を入れ、だしをとる

2、材料を切る にんじん・いちょう切り 大根・いちょう切り さといも・1/2に切る

青ねぎ・5mmほどの小口切り

厚揚げ・1cm幅の色紙切りにし、熱湯をかけて油抜きにする

3、1、でとっただしに豚肉・にんじん・ごぼう・さといも・大根・厚揚げの順番に入れる

4、材料がやわらかくなれば塩・淡口しょうゆを入れ、水で溶かした片栗粉を入れ、

味をととのえる

5、青ねぎを入れてできあがり♪

* 調理師さんからのポイント *

♪ 沸騰した湯の中にけずり節をいれてからすぐ火を止めず、弱火でしばらく煮出すと

おいしいだしがとれますよ♪

♪ 片栗粉を溶かす水は少なかったら汁がドロドロになるので気をつけましょう♪