

すいとん汁

4人分

材料

鶏もも肉	100g	小麦粉	100g
人参	1/2本	鶏卵	1/2個
干し椎茸	1枚	A牛乳	30ml
油揚げ	1枚	塩	少々
白菜	2枚	水	30cc
長ねぎ	10cm	塩	小さじ1
出汁	700cc	醤油	大さじ1・1/3
		酒	小さじ1

作り方

- ①鶏肉は一口大、人参は千切り、干し椎茸は戻して薄切り、白菜・油揚げは短冊、長ねぎは小口に切る
- ②Aをよく混ぜ合わせる
- ③出汁に鶏肉・人参・干し椎茸を入れる
- ④③に②をスプーン等でひとすくいずつ入れる
- ⑤④に塩・醤油・酒を入れ、油揚げ・白菜・長ねぎも入れて煮る

材料・調味料の量は目安です