

冬がんのエビ入りスープ



材 料(5人分)

- ・冬がん・・・・・・・・・・500g
- ・エビ・・・・・・・・・・100g
- ・だし汁・・・・・・・・・・750cc
- ・酒・・・・・・・・・・50cc
- ・白だし・・・・・・・・・・50cc
- ・塩・・・・・・・・・・小さじ1
- ・片栗粉・・・・・・・・・・適量

作り方

- ① 冬がんの皮を厚くむき、一口大に切る。
- ② エビは皮をむいておく。
- ③ だし汁に①の冬がんを入れ、柔らかくなるまで煮る。
- ④ ③にエビを入れて煮る。エビの色が変わったら、酒、白だし、塩を入れて味を調える。
- ⑤ 水溶き片栗粉を入れてとろみをつける。

レシピ提供 防府市生活改善実行グループ連絡協議会 サンサングループ