

とうがんのとろとろスープ



《材料 4人分》

・とうがん	320 g
・長ねぎ	20 g
・乾燥ゆば	16 g
・水	400cc
・しょうが汁	少々
・鶏ガラスープ（粉末）	4 g
・うすくちしょうゆ	4cc
・ごま油	2 g
・片栗粉	8 g
・白ごま	4 g

《作り方》

- ①とうがんは皮をむき種を取り除き、一口サイズに切る。
長ねぎは1 cm幅に切る。
- ②沸騰したお湯にとうがん、長ねぎを入れ、とうがんがやわらかくなったら鶏ガラスープ、うすくちしょうゆ、生姜汁を入れる。
- ③②に乾燥ゆばを砕いて入れ水溶き片栗粉でとろみをつけ、仕上げにごま油、白ごまを加える。