

とうがんのとろとろスープ



《材料 4人分》

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

《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1cm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に乾燥ゆばを碎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。