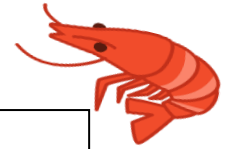


海老団子スープ 鮮虾肉丸汤



【材料】4人分

人参	20g	いちょう切り
干し椎茸	小2枚	戻して千切り
白菜	大1枚	短冊切り
長ネギ	1/2本	小口切り
もやし	100g	
小松菜	2株	2cmカット下茹で
なると	1/2本	半月斜め切り
春雨	30g	戻して5cm切り
水	800cc	
鶏がらスープの素	小2	
塩	小1/3	
コショウ	少々	
しょうゆ	小1/3	
ゴマ油	小1	



【団子の具】

鶏ひき肉 160g

むきエビ 80g

しょうゆ 小1

A しょうが汁 少々

塩 ひとつまみ

片栗粉 小1

- 1 むきエビを細かくたたく。
鶏ひき肉とAを加えよく混ぜる
- 2 スープを煮立たせ人参、干し椎茸を入れひと煮立ちしたら団子を1.5cmくらいの大きさに丸めて入れる。
- 3 団子に火が通ったら白菜、なると、もやし、春雨を加え、調味する。
- 4 長ネギと茹でた小松菜を加えゴマ油を回し入れ仕上げる