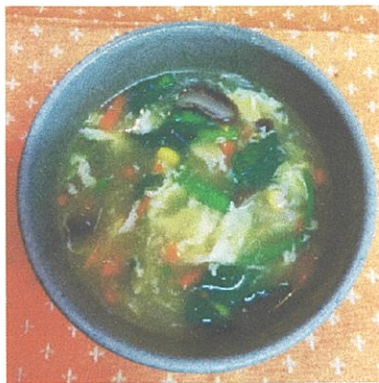


中華風たまごスープ



§ 材料 § (4人分)

水	4カップ(800mL)	酒	小さじ1
鶏ガラスープの素	適量	うすくちしょうゆ	小さじ2
にんじん	1/3本	塩	少々
たまねぎ	小1個	こしょう	少々
しめじ	1/2パック (しいたけでも可)	かたくり粉	小さじ2
ほうれん草	2~3株
クリームコーン	小1缶 (約180g)	たまご	1個
		ごま油	少々

§ 作り方 §

•にんじんは千切り, たまねぎはスライス切りにする。

- ① ほうれん草を切って、下ゆでをする。
- ② 鍋に水と鶏ガラスープの素を煮立て、にんじん、たまねぎ、しめじを入れて煮る。
- ③ クリームコーンを加えて調味し、水溶きかたくり粉でとろみを付ける。
- ④ 溶きたまごを流し入れ、ゆでておいたほうれん草を加え、最後にごま油を回し入れて仕上げる。

※市販のスープの素には塩分があるため、塩は様子を見て入れる。