



いもだんご汁



§ 材料 § (4人分)

じゃがいも	小1個	小松菜	1株
かたくり粉	小さじ1 1/2	長ねぎ	1/3本
小麦粉	小さじ2 1/2	だし汁	4カップ
.....		(だしの素でもよい)	
にんじん	1/3本		
だいこん	100g		
油揚げ	1/2枚		

§ 作り方 §

•にんじん、だいこんはいちょう切り、油揚げは短冊切り、小松菜は2cmカット、長ねぎは小口切りにする。

- ① じゃがいもは4~6等分に切り、柔らかくなるまでゆでる。
- ② ゆでたじゃがいもをボールに移し、すりこぎ等でつぶしてかたくり粉、小麦粉を混ぜて、耳たぶくらいの固さにねる。
- ③ 鍋にだし汁を入れて、にんじん、だいこん加えて煮る。
- ④ ②の練ったじゃがいもを小さく丸めてだんごにしかるくつぶして鍋に加えていく。(いもだんごは煮えると浮いてくる)
- ⑤ 油揚げ、小松菜、長ねぎを加え、みそで調味して仕上げる。