

みぞれ汁

（材 料） 4 人分

鶏もも肉	……	40 g
にんじん	……	40 g
ごぼう	……	40 g
えのきたけ	……	40 g
厚揚げ	……	80 g
大根	……	200 g
ねぎ	……	20 g
酒	……	小さじ1
しょうゆ	……	小さじ2
塩	……	小さじ1/3
だし昆布	……	小さじ1/2
かつお節	……	10 g
水	……	560mL

《作り方》

- ① 昆布とかつお節でだしをとる。
- ② 鶏肉は薄切り、にんじんはいちょう切り、ごぼうはささがき、えのきたけは石づきをとって半分、厚揚げは1.5cm角、ねぎは小口切りにする。大根はすりおろす。
- ③ だしに、鶏肉、にんじん、ごぼうを入れて煮る。
- ④ えのきたけ、厚揚げを入れて煮る。
- ⑤ 調味料で味をととのえ、大根おろしを加えてねぎを入れる。

大根おろしを、冬のみぞれに見立てた汁です。大根のやさしい味が味わえます。



もりもりたべるくん

大竹市給食センター