



黄花湯(ホアンホワタン)

◎◎ 材料(4人分) ◎◎ (家庭用に作り方をアレンジしています)

鶏卵	・・・2個
えのきだけ	・・・50g
小松菜	・・・100g
にんじん	・・・40g
乾燥きくらげ(スライス)	・・・4g
酒	・・・大さじ1/2
こいくちしょうゆ	・・・大さじ1/2
中華スープのもと	・・・大さじ1/2
片栗粉	・・・小さじ1
水	・・・大さじ1/2
ごま油	・・・少々
水	・・・600ml
塩	・・・少々
洋こしょう	・・・少々

*学校給食の分量です。ご家庭で作る場合は分量の調整をしてください。

◎◎ 作り方 ◎◎

- ① 鶏卵は溶きほぐす。えのきだけは根元を切り落とし、半分に切る。
- ② 小松菜は3cmに切り、にんじんはせん切りにする。乾燥きくらげはぬるま湯でもどしておく。
- ③ 湯を沸かし、にんじん、えのきだけ、もどしたきくらげを入れ煮る。
- ④ 中華スープのもとを入れ、煮る。
- ⑤ 酒、こいくちしょうゆで調味し、小松菜を加えて煮る。
- ⑥ 水溶き片栗粉を入れ、煮る。
- ⑥ 卵を流し入れ、煮る。
- ⑦ 塩・洋こしょうで味をととのえ、ごま油を加える。

