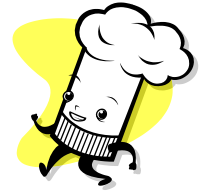


大葉春菊の肉団子スープ



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。

材料:

<肉団子の材料>

豚ひき肉	100 g
しょうが	少々
小麦粉	小さじ 2
大葉春菊	40 g
塩	少々
洋こしょう	少々
ワンタンめん	20 g
にんじん	40 g
はくさい	200g
干しいたけ	中葉 2 枚
白ねぎ	20 g
しょうゆ (こいくち)	小さじ 1
中華スープのもと	小さじ 1
ごま油	少々
水	400ml
塩	少々
洋こしょう	少々

※学校給食用の分量です。

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 しょうがはみじん切りにする。大葉春菊はゆで、水冷し、水気をきり、みじん切りにする。
- ② 豚ひき肉、しょうが、小麦粉、大葉春菊、塩、洋こしょうを合わせ、こねる。
- ③ にんじんは 5mm ちょう切りにする。
- ④ はくさいは短冊切りにする。もどした干しいたけはせん切りにする。
- ⑤ 湯を入れ、豚ひき肉をつみ入れ、煮る。
- ⑥ あく、油をとり、にんじん、しいたけを入れ、煮る。
- ⑦ 中華スープのもとを入れワンタンをパラパラと、広げながら入れる。
- ⑧ 調味し、はくさい、白ねぎを入れ、煮る。
- ⑨ 塩、洋こしょうで味をととのえる。
- ⑩ ごま油を加えて煮る。