

2月のメニューから～



作ってみよう！

< 豆腐団子汁 >の作り方

切り方	材料：4人分	単位：g
	白玉粉	50
	木綿豆腐	60
	水	小さじ2
だしをとる	かつおだし	10
	水	500
角切り	鶏もも肉	50
イチョウ切り	にんじん	50
角切りゆがく	里芋	80
イチョウ切り	大根	80
2・3 cm切り	小松菜	30
	エノキタケ	20
	塩	小さじ1
	しょうゆ	小さじ1
	酒	少々
	みりん	少々

<作り方>

1. 小松菜をボイルする。
2. 白玉粉と豆腐に水を加えよく練る。豆腐の水分によって水は加減する。
3. ②を丸めて熱湯をゆで、水にさらす。
4. 釜にだしを入れ、沸騰したら鶏肉を入れ、アクを取り、人参、大根を入れ調味し、里芋、えのきを加え、小松菜を入れ仕上げる。