

うまみたっぷり！中華風きのこスープ

奈良県立磯城野高等学校 山本 幸子

調理時間
15分



材料(4人分)

しいたけ・・・4枚
ぶなしめじ・・・1袋
たまねぎ・・・100g
にんじん・・・50g
豚ミンチ・・・50g
青ねぎ・・・適量
水・・・4カップ
鶏がらスープ・・・小さじ1
塩・・・小さじ1/3
こしょう・・・少々
しょうゆ・・・小さじ2～大さじ1
酒・・・大さじ1
葛粉・・・10g

作り方

- 1 ぶなしめじは石づきを取り小房に分け、しいたけは石づきを取って薄切りにする。
- 2 たまねぎ、にんじんは薄切りにする。
- 3 鍋に水、鶏がらスープ、豚ミンチと②を入れ、野菜がやわらかくなる位まで火にかける。
- 4 ③に①を入れ、弱火で3～4分煮込み、しょうゆ、酒、塩、こしょうで味を調える。
- 5 ④に水で溶いた葛粉を木杓子で混ぜながら回し入れ、しばらく煮込んで火を止め、青ねぎを散らす。

