

団子餃子汁

米粉でプルプル
もちり...

【材料】

【タネ】●鶏ミンチ 100g ●レンコン 1/2個
●キャベツ 2枚 ●タマネギ 1/2個 ●塩・コショウ・しょうゆ 少々

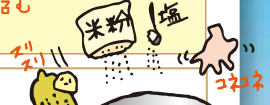
【かた】●ジャガイモ 1個 ●米粉 150g
●塩 少々 ※ゆず度をすりおろして
混ぜ合わせても美味しいです。

【具材】●ごぼう 1本 ●人参 1本 ●味噌 大さじ3・1/2
●大根 10cm ●干しシイタケ 3枚 ●水 800cc ※シイタケのもと汁も含む
●油あげ 1枚 ●いりこだし 1本 ●ネギ 適量

1. ジャガイモをすりおろし、米粉・塩を加え
耳たぶ程の固さまでこね、皮をつくる
タネの野菜はみじん切りにして
全てを混ぜ合わせる。
皮でタネを包んで
団子餃子を作っておく。



団子餃子は
ひと口大に
まろめて
作ってね!



2. ごぼうはささがき、人参・大根はいちょう切り、
干しシイタケは5mmのせん切りにして
水といりこだしと共に火にかける。
アクをとりながら
具材が柔らかくなるまで煮る。



3. 一旦火を止めて味噌を入れ、
ふたたび火を点かし沸騰したら団子餃子と
油あげを入れる。
団子餃子が浮いたら出菜上がり、ネギをのせて召し上がれ!

