

「雲南☆まいもんの日」 レシピ（1月）

鶏団子なべ

< 材料 > 4人分

白菜・・・・・・・・1/4 カット

大根・・・・・・・・200g

人参・・・・・・・・100g

きのこ・・・・・・・・100g

（何でも OK）

なべちゃん葱・・2本

木綿豆腐・・・・1/2丁

A { 鶏ひき肉・・・・150g
卵・・・・・・・・M1個
片栗粉・・・・大さじ1

B { 塩・・・・・・・・少々
鶏がらスープ・・大さじ2
薄口しょうゆ・・大さじ3
水・・・・・・・・1L

< 作り方 >

①白菜は大きめにざく切り、大根と人参は5mm幅のいちょう切りにする。

②きのこは石づきを落とし、食べやすくわける。

③なべちゃん葱は幅1cmほどで斜め切りにする。

④豆腐は食べやすいサイズの角切りにする。

⑤鍋にBを全て加え、沸騰したら、混ぜ合わせたAをスプーンで一口サイズに落としていく。

⑥肉団子に火が通ったら、①～④を加え、ひと煮たちさせて完成♪

