



## Vol.14 餅ワンタンスープ



材料(4人分)



豚ひき肉 ----- 150g  
長ねぎ ----- 1本  
しょうが ----- 15g  
小松菜 ----- 1束  
ワンタンの皮 ----- 16枚  
切り餅 ----- 4個  
オイスターソース ----- 小さじ2  
ごま油 ----- 小さじ1  
酒 ----- 大さじ1  
砂糖 ----- ひとつまみ  
塩 ----- ひとつまみ  
こしょう ----- 少々

[材料A]

水 ----- 800ml  
中華スープの素(ペースト) 大さじ1.5  
醤油 ----- 大さじ1

[材料B]

にんじん ----- 50g  
白菜 ----- 100g  
厚揚げ ----- 200g  
ごま ----- 適量  
青ねぎ ----- 適量

### 作り方

1. 材料Aを準備する。



2. 材料Bを準備する。にんじんは千切りにする。白菜の白い部分は2cmほどの幅に切り柔らかい葉の部分はざく切りに、厚揚げは油抜きして薄切りにする。



3. 長ねぎは半分を粗みじん切りに、もう半分を千切りにする。しょうがは千切り、小松菜は4等分に切り、青ねぎは小口切りにする。切り餅は4等分し、ワンタンの皮の中心にオイスターソースを塗り一個ずつ包む。



4. 調理鍋にごま油を入れて豚ひき肉を中火で炒める。砂糖ひとつまみ、塩ひとつまみ、こしょう少々と酒で下味をつける。長ねぎの粗みじん切りとしょうがを加え、ひき肉の色が変わるまで炒める。
5. 材料Aを加え、長ねぎの千切り、餅入りワンタンと材料Bを順に加えて、沸とうしたらアクをとって火を弱める。
6. フタをして2分加熱したら火を止める。小松菜を加え、調理鍋を保温容器にセットして10分保温調理する。
7. 所定の時間が経過したら調理鍋を取り出して、器に盛り付け、ごま、青ねぎをトッピングして出来上がり。

