

SOLAP

田舎風スープ



材料／分量 2人分

手羽先	1本	A	牛乳	1カップ
じゃがいも	1/2個		米粉(上新粉)	大さじ2
しめじ	1/4パック	青味野菜		少々
たまねぎ	1/4個	塩		小さじ1/2
水	1カップ	こしょう		少々

●●●作り方●●●

- ①Aをあらかじめ混ぜておく。
- ②手羽先はさっと湯通ししておく。じゃがいもは皮をむいてせん切りにする。しめじは硬いところをとり、4cmの長さに切る。たまねぎは薄いくし切りにする。
- ③②と水を鍋に入れてコトコト煮る。やわらかくなれば塩・こしょうをする。手羽先は取り出し、ほぐしておく。
- ④ほぐした手羽先をもどし①を加えさっと煮て、とろりとしたら出来上がり。器に盛り付けて青味野菜を飾る。

Point

スープは手羽先本来の自然の旨みを味わう。