

《ひき肉と豆乳のスープ》

材料…下ごしらえ	4人分
鶏ひき肉	110g
チンゲン菜	100枚
しょうが	10g
しめじ	40g
ザーサイ	20g
鶏がらスープの素	大さじ1
豆乳	400ml
油	大さじ1
塩こしょう	少々
ラー油	適宜

<作り方>

1. チンゲン菜は一口大に切る。しょうがはみじん切りにする。ザーサイは粗く刻む。
2. 油を入れた鍋にひき肉を入れ、塩こしょう少々を振って中火にかける。ひき肉のかたまりを少し残すように炒めたら、しょうが・ザーサイを加える。
3. 水200ml と鶏がらスープの素を加えたら、チンゲン菜としめじを加え、2～3分煮る。しんなりしてきたら弱火にして豆乳を加え、沸騰させないようにして温める。
4. 汁椀に盛り、ラー油を適宜かける。

