

# せんべい汁

## 【 材 料 】 (1人分)

せんべい (かやき) ……	12g
醤油 ……	6g
塩 ……	0.5g
みりん ……	1g
鶏もも肉 ……	20g
ごぼう ……	8g
人参 ……	5g
しめじ ……	8g
えのき ……	8g
舞茸 ……	8g
ねぎ ……	8g
かつお節 (だし用) ……	2g



## 【 作り方 】

- ① だし用かつお節でだしを取る
- ② ごぼう・人参はさがきに、しめじ・えのき・舞茸は小房に分ける
- ③ ねぎは小口切りにしておく
- ④ ①に②を入れ煮、一口大に切った鶏肉も入れる
- ⑤ 煮えたら調味料で調味し、かやき・葱を入れ仕上げる