



肉団子入り中華スープ



* 材 料 子ども4人分 *

鶏挽肉	120g	椎 茸	20g
生 姜	5g	春 雨	15g
人 参	40g	コンソメ	4g
白 菜	120g	濃口醤油	20g
小松菜	40g		

* 作 り 方 *

1. 鶏挽肉に生姜のしぼり汁を加え、混ぜる。
2. 人参は短冊切り、白菜と椎茸も食べやすい大きさに切る。小松菜は茹でて(色止め)、2センチ程の長さに切る。
3. 春雨は茹でて、適当な長さに切っておく。
4. 鍋に人参、椎茸、白菜を順に入れ、煮る。
煮えたら、コンソメ、醤油で調味する。
5. 4に1を丸めて入れる。肉団子が煮えたら、
3を加えてできあがりです😊