

## ➔ 春雨スープ



### 材料(4人分)

玉ねぎ	120g
豚肉(平切もも・かた)	60g
たけのこ	60g
えび	60g
にんじん	40g
チンゲンサイ	40g
春雨(煮込み用)	14g
チキンブイヨン(冷凍液体)	22g
酒	8.8g
うす口しょうゆ	5.4g(小さじ1)
チキンコンソメ	5.2g(小さじ1)
塩	0.9g(小さじ1/5)
こしょう	0.1g(少々)
水	400~500ml

## ➔ 作り方

1. 玉ねぎは細切り、たけのこは6×6×50mmくらいの短冊切り、にんじんは3×6×50mmくらいの短冊切り、チンゲンサイは2cm幅のざく切りにする。
2. たけのこ・にんじん・えびは、あくをとるため、それぞれ下ゆでする。
3. 鍋で豚肉を炒め、こしょうを入れ、玉ねぎを加え炒める。
4. 玉ねぎが少ししんなりしたら、水を加え、チキンブイヨン・酒・チキンコンソメ・塩・たけのこ・にんじん・チンゲンサイ・春雨を入れ煮る。
5. 春雨が透き通ったら、しょうゆを入れ、全体を混ぜて仕上げる。