

石狩汁

《材料》 4人分

・塩鮭	2切れ
・油揚げ	2枚
・ねぎ	適量
・大根	150g
・にんじん	10g
・にら	3本
・じゃがいも	2個
・白みそ	30g
・煮干し粉	適量
・酒	大さじ1
・だしの素	適量

《作り方》

- ①塩鮭は蒸すか、電子レンジで加熱し、粗めにほぐしておく
- ②大根とにんじんは短冊切り、じゃがいもは1.5cmのさいの目切り、ニラは5mm幅、油揚げは一口大、ねぎは小口切りにする
- ③煮干し粉で出汁をとり、野菜と油抜きした油揚げを入れて、柔らかくなるまで加熱する
- ④鮭を入れ、味付けする。ねぎを入れて完成！