

じゃがいもすいとん

寒い季節に
どうぞ!



《材 料》(4人分)	
小麦粉	100g
じゃがいも	1個
水	適量
鶏もも肉	1/2枚
人参	40g
大根	60g
ごま油	大さじ1
小松菜	80g
だし汁	4カップ
薄口しょう油	大さじ1
塩	適量
酒	大さじ1



《作 り 方》

- ① 小麦粉にじゃがいもをすりおろして水を加えてこねる。
- ② 人参、大根はいちょう切り、鶏肉は一口大に切り、小松菜はザク切りにする。
- ③ なべにごま油を入れて、鶏肉、人参、大根をいため、だし汁を入れる。
- ④ ③が煮立ったら①のすいとんの生地をスプーンですくって落とす。
- ⑤ しょう油、塩、酒で味を付け、最後に小松菜を入れて仕上げる。