



8/7 (金)

金蝶スープ

(ロク・ホンチュウさん)

(材料2人分)

- にんじん：20g
じゃがいも：20g
生椎茸：30g
ごま油：大さじ1
水：500ml
- A { チョーコー醤油 金蝶ソース：大さじ2
鶏ガラスープの素（顆粒）：大さじ1
濃口醤油：大さじ1
オイスターソース：小さじ1
塩こしょう：適量
- B { 片栗粉：大さじ1
水：大さじ2
- 溶きたまご（M）：2個分
ラー油：お好みで
黒こしょう：お好みで
小ねぎ（小口切り）：少々

- ① にんじん・じゃがいも・生椎茸は細切りにする。
- ② 深めのフライパンに、ごま油を熱し、①を加えて炒め、香りが出たら、水を入れて、沸騰させておく。
- ③ ②に A を加えて味を調える。
- ④ B を混ぜ合わせる。③が沸騰したら B の水溶き片栗粉をゆっくりと回し入れ、とろみがつくまで混ぜながら煮る。
- ⑤ ④に溶きたまごを入れ、触らずにゆっくり回しながらひと煮立ちさせ、最後に軽く混ぜる。
- ⑥ 器に⑤を入れ、お好みでラー油と黒こしょうをかけ、最後に小ねぎを散らす。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます。