

鶏だんご汁



松本市立大野川小中学校

米粉の白と大根の葉・にんじんを一緒に丸めると色彩豊かなだんごに仕上がりに、鶏ひき肉を入れることによって、米粉の舌触りがさらに良くなります。

また、干し椎茸のもどし水を入れることにより、香りもよくなります。

所要時間 50分

《だんごの材料》（1人分）

米粉…16g 鶏ひき肉…9g 塩…0.1g 酒…0.3g

大根の葉…5g にんじん…2g

《汁の具》

白菜…13g 干し椎茸…1g

にんじん…8g 中華だし・塩 薄口醤油・こしょう…適宜

作り方

- ①鶏ひき肉に酒をふりかけ、塩を少々する。
- ②だんご用の大根の葉・にんじんはみじん切りにして、茹でて冷ましてから水気をきる。
- ③白菜は色紙切り、干し椎茸は、にんじんは千切りにする。
- ④米粉を練って、①②を入れて、丸めて鶏だんごを作る。
- ⑤③の野菜を煮込み、干し椎茸のもどし水を加え、調味した中へ④を入れる。
- ⑥最後に味を調える。