



だしをきかせて旨味たっぷり

## かきたま汁 《4人分》

＜材料＞

鶏ひき肉	40g
卵	S2個
たまねぎ	中1/2個
にんじん	2cm程度
しょうゆ	小さじ2
塩	ひとつまみ
かつおだし	3カップ
でんぷん	小さじ1



＜作り方＞

- ① たまねぎはうす切り、にんじんは干切りにする。  
かつおだしをとっておく。
- ② かつおだしに鶏ひき肉を入れ、沸騰したらあくをとり、たまねぎ・にんじんを入れる。
- ③ ②に火が通ったら水で溶いたでんぷんを入れ、とろみをつける。
- ④ 沸騰している中に溶きほぐした卵を少しづつ入れ、しょうゆ・塩で味つける。

### ★★★ポイント★★★

★糸状のきれいなかきたま汁をつくるには、卵をよく溶き、卵を入れる前にでんぷんを溶かし、卵をかたまりやすくすることが大事です。

★鶏ひき肉を入れなくてもおいしく出来上がりますが、その際はしょうゆや塩で味を調整しましょう。

