

今月の食材
ひき肉

まるやか酸辣湯

材料 (4人分)

・牛ひき肉	…100g
・ねぎ	…1/3本
・豆腐	…100g
・えのき茸	…100g
・溶き卵	…1個分
・塩こしょう	…小さじ1/2
・和風出汁の素	…小さじ1
・酒	…小さじ1
・ごま油	…適量
・水	…500cc
・味ぽん	…大さじ4
・ラー油	…お好みの量
・水溶き片栗粉	…片栗粉大さじ1 水大さじ2



おすすめ



作り方 (調理時間 約20分)

- ① 鍋にごま油を入れ、ひき肉に塩こしょうを振って炒める。
- ② ねぎ、豆腐は細切りに、えのきは石づき部分をカットして手でほぐす。
- ③ ひき肉に火が通ったら、水、酒、和風出汁の素、②を加えて中火で煮る。
- ④ ひと煮立ちしたら火を弱め、ゆっくりと水溶き片栗粉を加える。とろみがついてきたら溶き卵を流し入れ、中火にする。卵がふわっとしたら火を止め、味ぽんを加えてひと混ぜする。
- ⑤ 器に盛り付けて、お好みの量のラー油を加えて完成。