

豆乳春雨スープ



材料（3～4人分）

さつまいもでんぷん春雨1／2袋（50g） 調整豆乳200ml 鶏がら大さじ25g
豚バラ100g ニンニク1片 生姜1片 酒大さじ1 塩少々 A(ごま油大さじ1 豆
板醬小さじ1／2)

小ネギ適量

1. 春雨はお湯で5分下茹でして、水洗いし、適当な長さに切っておく。（2か所ほど切ればOK）
2. にんにく、生姜はすりおろしておく。豚バラは2センチ幅に切っておく。小ネギは小口切りにしておく。
3. フライパンにごま油と豆板醬を入れ火にかけ、豆板醬とごま油が馴染むまで軽く炒め少し深めのお皿にうつしておく。
4. 鍋に水600ccを入れ、鶏がらを入れて沸騰させる。沸騰したら、にんにく、生姜、①の春雨を入れる。再び沸騰したら、豚肉を入れアクをとり、酒を入れる。弱火にして、蓋をしめ3～4分煮込む。
5. ④に豆乳を入れ、沸騰直前まで温めたら火を消す。味見をして薄いようなら、塩で調整する。（分離しないように沸騰はさせない）
6. スープを器に移したら、ネギをふり、③を好みでかける。

さつまいもでんぷん春雨、こなみずき麵を使った料理例



(中華春雨サラダ)



(つけ担々麵)



(そうめん)