

たけのこの中華風スープ

ちょっと一言！

この料理は、中学校での調理実習でも大変好評でした。
旬のたけのこを使って手軽にもう一品！

- 1 たけのこの水煮の長さが長い場合は、半分に切り、千切りにする
- 2 鍋に水と鶏ガラスープの素を入れて煮立て、①としょうゆ、塩を入れる。
- 3 たけのこがしんなりしたら、わかめを入れ、卵をほぐし入れる。
- 4 卵に火が通ったら火をとめ、ごま油を適量加えて完成。

材料名	量
ゆでたけのこ	300g
卵	2個
水	1600cc
わかめ	適量
鶏ガラスープの素	大さじ3
しょう油	大さじ3
塩	小さじ1
ごま油	適量

レシピを作った団体・人

山口県林業研究グループ連絡協議会女性部会
(美祢あさぎり会)