

鶏だんご鍋



<材料>

鶏ひき肉 300g 白菜 300g 春菊 100g しめじ 100g しらたき 200g

<調味料A>

酒 大さじ 1 塩 小さじ 1/2 とし卵 1個分 パン粉 10g しょうがのすりおろし 10g

<<調味料B>>

水 900cc 酒 100cc 塩 小さじ 1

<<調味料C>>

みそ 40g 練りごま(白) 30g プレーンヨーグルト 100g

【作り方】

- ① ボウルに調味料Cのみそと練りごまを入れて混ぜ、ヨーグルトを少しずつ加えて溶きのばす。
- ② 白菜は葉と芯に分け葉は5等角切りにし、芯は斜めそぎ切りにする。
- ③ 春菊は芯を取り除く。
- ④ しめじは小房に分ける。
- ⑤ しらたきは熱湯で2分ゆで、食べやすく切る。
- ⑥ ボウルに鶏ひき肉と調味料Aを入れて粘りがでるまで混ぜる。
- ⑦ 土鍋(9号)に調味料Bを入れて煮たせ、⑥をひと口大に丸めて加える。
- ⑧ だんごが浮いてきたら、白菜の芯としめじ、しらたきを加えて煮る。
- ⑨ 火が通ったら白菜の葉と春菊を加えてさっと火を通す。
- ⑩ 食べるときに①をそえる。