

とろろ汁



材 料 (4人分)

- ・とろろ芋 50g
- ・ちりめんじゃこ 大きじ2
- ・卵 1個
- ・ほうれん草 1/4束
- ・だし汁 4カップ
- ・塩 醤油 適量

作 り 方

1. ほうれん草は、さっとゆがきよく水気をしぼり小口切りします。
2. とろろ芋の皮をむいてすります。
3. 卵は、ほぐします。
4. だし汁を温め、ちりめんじゃこ・とろろ芋を入れ、塩・醤油で味を整えます。
5. 4を沸騰させ、沸騰したところに卵を回しいれ火を止めます。
6. 5にほうれん草を入れると出来上がりです。

