

# 石狩汁

## 《材料》 4人分

|        |      |
|--------|------|
| ・塩鮭    | 2切れ  |
| ・油揚げ   | 2枚   |
| ・ねぎ    | 適量   |
| ・大根    | 150g |
| ・にんじん  | 10g  |
| ・にら    | 3本   |
| ・じゃがいも | 2個   |
| ・白みそ   | 30g  |
| ・煮干し粉  | 適量   |
| ・酒     | 大さじ1 |
| ・だしの素  | 適量   |

## 《作り方》

- ①塩鮭は蒸すか、電子レンジで加熱し、粗めにほぐしておく
- ②大根とにんじんは短冊切り、じゃがいもは1.5cmのさいの目切り、ニラは5mm幅、油揚げは一口大、ねぎは小口切りにする
- ③煮干し粉で出汁をとり、野菜と油抜きした油揚げを入れて、柔らかくなるまで加熱する
- ④鮭を入れ、味付けする。ねぎを入れて完成！