

もう一品、加えてみませんか？

根野菜のかんてん寄せ



材料・分量
(2人前)

粉かんてん … 3g

だし汁 … 400cc

れんこん … 50g

にんじん … 小1/2本

ごぼう … 1/4本

5月まめ … 適量

えのき … 少々

《調味料》

塩 … 適量

薄口しょうゆ … 適量

▶ 作り方(ポイント)

- ① れんこんの輪切り2枚をさっとゆで、残りはみじん切りにしておく。
- ② にんじんを千切りにする。
- ③ ごぼう、5月まめをうすく輪切りにする。えのきも細かく切る。
- ④ 鍋に、だし汁、野菜を入れ5分程煮る。塩、薄口しょうゆで味を調える。
- ⑤ 一度火を止め、粉かんてんを入れ、1分程煮て、かんてんを溶かす。
- ⑥ 容器に薄切りしたれんこん、かんてんを入れ冷やす。