

卵のふわふわスープ

材料 (5人分)		作り方
卵	2個	① 玉ねぎ、エリンギはうすくスライスし、ベーコンは、1cm幅に切っておく。 ② 分量の水を火にかけて、玉ねぎ、エリンギ、ベーコンを入れ、調味料で味付けをする。 ③ 卵を割りほぐし、中にパン粉を加えてさっと混ぜる。 ④ 水に溶いた片栗粉で、スープにとろみをつけた後、卵を流しいれ、みじん切りのパセリを加える。 (パン粉を卵に入れることで、卵がフワフワになります。)
玉ねぎ	1/2個	
エリンギ	2本	
ベーコン	60g	
パセリ	少々	
パン粉	大さじ2	
コンソメ	7g	
塩	小さじ1/2	
こしょう	少々	
しょうゆ	小さじ1	
片栗粉	小さじ2	
水	700cc	

肉じゃがキムチ

材料 (5人分)		作り方
豚もも肉小口切り	150g	① ジャがいもは2cmのさいのめ切り、にんじんはいちょう切り、玉ねぎは小口切り、糸こんにゃくは適当な長さに切っておく。 ② 鍋で油を熱し、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃがいもを炒めたら、水を加えて沸騰させあくをとる。 ③ ジャがいもが透き通ってきたら、こんにゃくと調味料を加えて煮る。 ④ ジャがいもが柔らかくなったら、白菜キムチを入れてひと煮立ちさせ味をととのえる。
白菜キムチ	40g	
じゃがいも	中3こ	
にんじん	中1/3本	
玉ねぎ	大1こ	
糸こんにゃく	100g	
水	適量	
サラダ油	適量	
さとう	大さじ1	
濃口しょうゆ	大さじ2	
本みりん	大さじ1	
酒	大さじ1	