

# 給食レシピ集

## キムチスープ

### 材料（4人分）

鶏小間	50g
玉ねぎ	中1コ
にんじん	1/3本
にら	1/4束
白菜キムチ	100g
豆腐	1/3丁
溶き卵	1個分
サラダ油	小さじ2
酒	大さじ1
鶏ガラスープの素	小さじ1
しょうゆ	大さじ1
塩	小さじ1/2
かたくり粉	小さじ2



### 作り方

- ①玉ねぎは薄切り、にんじんはせん切り、にらは2cm幅、豆腐は1cm角切りにする。かたくり粉は大さじ1の水で溶く。
- ②鍋に油を熱し、鶏肉・酒を炒める。
- ③玉ねぎ・にんじんを入れて炒める。
- ④湯(750cc)・鶏ガラスープの素を入れる。
- ⑤野菜が煮えたら、豆腐・キムチ・しょうゆを入れる。
- ⑥水溶き片栗粉を入れて、沸騰させながら卵を回し入れる。
- ⑦にらを入れる、塩で味をととのえる。

- ・ - ・ Memo ・ - ・ - ・ - ・ - ・ - ・ - ・ - ・ - ・ - ・ - ・
- そのまま食べてもおいしいですが、少し濃いめの味付けにして、ごはんやうどんを入れてもおいしいです！！