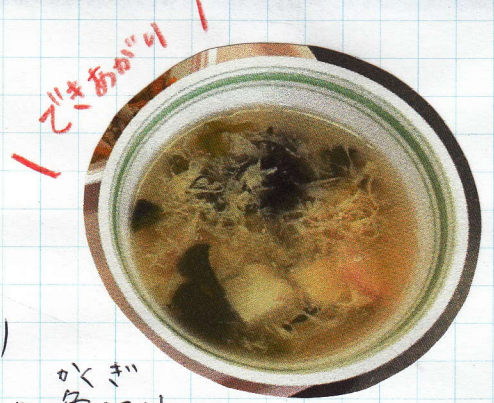


# 大きいおかし①

## たまじる かき玉汁

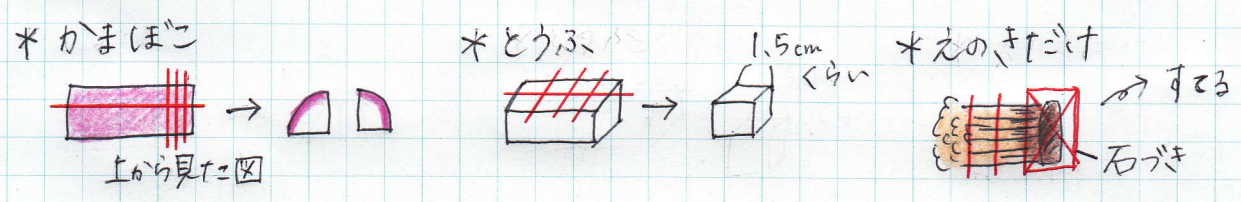


できあがり!

	1人分	4人分	
かまぼこ	5g	20g	... いちゅう切り
とうふ	30g	120g	... 1.5cm角の角切り
たまご	20g	2個	... ホウレンに割り入れ、といておく
えのきたけ	10g	40g	... 石づきを切りおとし、3cmの長さに切る。
ほうれん草	15g	60g	... 3cmの長さに切る。
にぼし	3g	12g	
うすくちしょうゆ	4.5g	大きい	
かたくり粉	1g	小さい	} あわせて、よく混ぜておく
水	4g	大きい	

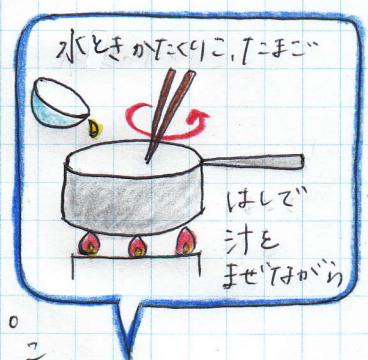
「水溶きかたくり粉」または「水溶きでんぷん」と言うよ!

### ※ 材料の切り方



① たばに、水800ml(4カップ)とにぼしを入れ、20分おいておく。  
たばを中火にかけて、ふっとうしたら火を弱めて10分にする。

② 火を止めてにぼしを取り出す。  
たばに、えのきたけ、ほうれん草を入れて中火にかけ、ふっとうしたら弱火で2~3分にする。



③ 火が通ったら、かまぼこ、とうふ、うすくちしょうゆを入れる。  
ふたをひくふっとうしたら、よく混ぜて水溶きかたくり粉を入れる。

④ とろみがついたら、よく混ぜてたまごを入れて、できあがり!  
汁を少しよく混ぜながら、たまごを少し入れるときれいにできるよ!