

★ あずか鍋 ★

【材料 4～5人分】

鶏肉もも . . . 500g 豆腐 . . . 1丁 白菜 . . . 1/2玉
にんじん . . . 1/3本 ごぼう . . . 1本 白ねぎ . . . 1本
しいたけ . . . 4個

＜調味料＞

鶏ガラスープ . . . 1.5カップ 牛乳 . . . 3カップ
みそ . . . 大さじ1と1/2 塩 . . . 適量
みりん . . . 適量 酒 . . . 少々

【作り方】

1. 鶏肉は一口大に切り、酒をふる。
2. 豆腐は一口大の角切り、白菜はざく切り、にんじんはいちょう切り、ごぼうはささがき、ねぎは斜め切り、しいたけは半分にそぎ切りする。
3. 鍋に鶏ガラスープ、牛乳、みそ、塩、みりんを入れ、火にかける。
4. 煮えにくいものから、材料を鍋に入れ、約10分煮込めばできあがり。