

かきたま汁

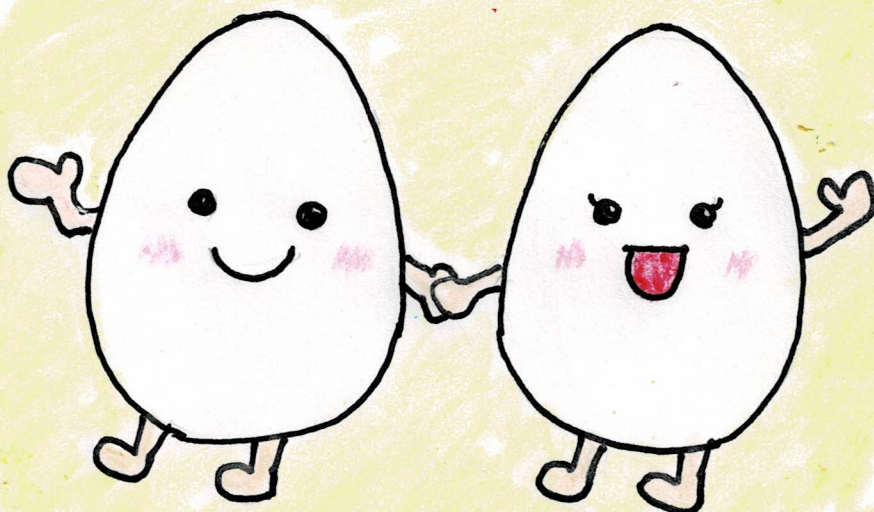
材料 (中学生1食分)

・鶏 卵	4 4 個	(・だし汁 188cc ・水 (片くり粉用) 8cc)
・にんじん	8 個	
・ほうれん草	3 2 個	
・塩	0.6 個	
・(淡)しょうゆ	6 個	
・片くり粉	1.5 個	
・けずりぶし	1.2 個	
・だし昆布	1.2 個	



作り方

- ① だし昆布とけずりぶしでだしをとる。
- ② ほうれん草は流水で水洗いした後、2cm位に切ってゆで、冷水に放してじゅうぶんに水きりする。
- ③ にんじんはせん切りにする。
- ④ 定量のだし汁に③を加えて煮、塩しょうゆで調味する。
- ⑤ ④に、水どきの片くり粉を加えて、割りほぐした卵を流し込み、最後にほうれん草を加えて仕上げる。



ふわふわした
たまごが
大人気のメニューです!!