

旨味菜のミルクスープ

<< ミルクとの相性抜群！ ほっこりやさしい味わい >>



材料 (2人分)

旨味菜	200g
トウモロコシ	65g
鶏ガラスープの素	小さじ1
牛乳	1カップ
水	2/3カップ
しょうが汁	小さじ1/2
サラダオイル	大さじ1
塩	適量
ホワイトペッパー	適量

A

}	片栗粉	大さじ1
	水	大さじ1

作り方

- 旨味菜は根元を切り落とし、葉と茎に分け、それぞれに5mm幅に切る。
- フライパンにサラダオイルを熱し、旨味菜の茎を炒める。色が変わったら、葉を加えてさっと炒める。
- トウモロコシ、鶏ガラスープの素、水を加えひと煮立ちさせる。牛乳を加えて中火に落とし、鍋肌がフツフツしてきたら、しょうが汁、塩、ホワイトペッパーで味を調える。
- Aを合わせたものを流し入れ、とろみがついたら火を止める。

※POINT

しょうが汁を加えることでサッパリ仕上がります。
1株 20g位の小さなものが美味しく出来ます。

