

6月の給食より

中華スープ

材料（4人分）

はるさめ	12g
水煮たけのこ	40g
むきえび	80g
はくさい	120g
たまねぎ	80g
にんじん	20g
カットわかめ	2g

中華スープのもと	8g
薄口醤油	小さじ1強
でんしりん	2g
酒	少々
塩・こしょう	少々
水	600cc



《作り方》

- ① にんじん、たまねぎ、たけのこ、はくさいはそれぞれ千切りにしておく。
- ② はるさめは、ゆでてもどす。（長ければ適当な長さに切る。）
- ③ えびは、酒をふっておく。
- ④ 湯を沸かし、中華スープのもとを加える。
- ⑤ ④のえびを加えて火が通ったら、野菜を入れて一煮立ちさせる。
- ⑥ 調味料を入れて味を調え、はるさめを加えて仕上げる。

給食では、練り状の中華スープのもとを使用しています。缶に入った形で市販されています。