

1月の給食より

だんご汁

材料（4人分）

白玉もち	120g
かまぼこ	40g
大根	100g
人参	1/4本
油あげ	1/2枚
ねぎ	20g
赤みそ	大さじ3
白みそ	大さじ1
だし汁	2.5~3カップ (500~600cc)



《作り方》

- ① 大根、人参は角切り、ねぎは小口切りにする。
- ② 油揚げは油抜きし、せん切りにする。かまぼこは角切りにする。
- ③ 煮干しでだしをとる。だし汁をわかし、大根・人参を入れて煮る。
- ④ かまぼこ・油あげを加え、あらかじめ溶いておいた赤みそ・白みそを入れて調味する。
- ⑤ 一煮立ちしたら、白玉もちを入れて沸かし、ねぎを入れて仕上げる。

☆簡単！とうふ白玉もちの作り方☆

<材料>

絹ごしとうふ	1丁 (300g)
白玉粉	250g

<作り方>

- ①ボウルに白玉粉を入れて、とうふを水切りせずにそのまま加え、つぶしながら混ぜる。
- ②粉っぽさがなくなるまでよく練り、耳たぶぐらいの固さになったら、10円玉ぐらいの大きさに丸める。
- ③大きめの鍋に湯を沸かし、②の団子をそっと入れ、完全に浮いてくるまでゆでる。
- ④浮いてきたらあみじゃくしですくい、水を入れたボウルにとって、冷ます。