

和風うめえクツパ(10人前)



<調理手順>

1. しめじとにんじんを切る。ワカメは食べやすい大きさに切る。卵は割っておく。
2. 鍋を熱し、鶏がらスープの元を入れる。
3. 沸騰したら、うめどりを入れ軽く火が通ったらにんじんを入れる。
にんじんが火を通ったらシメジとワカメを入れる。
4. 全部火が通ったら、調味料（梅酢も）を全部入れる。
5. もやしを入れて少し味を整える。溶き卵をかける。
6. ご飯をお皿に入れ、完成したスープを入れる。
盛り付けに、のりを載せ真ん中にカリカリ梅をトッピングし、ねぎとゴマを
ちらし、最後にごま油をたらす。

<材料>

しめじ	2袋	梅酢	適量
にんじん	2本	カリカリ梅	50g
もやし	2袋	のり	5g
ワカメ	5g	ごま油	適量
ねぎ	25g	こしょう	適量
ごま	適量	しお	適量
ごはん	800g	鶏がらスープの元	10g
うめどり	200g		
うめたまご	4個		