

## 肉団子のスープ

### 材料(4~6人分)

- ・ 豚肉(肉) 200g
- ・ 豆腐 半丁
- ・ 人参 1/2本
- ・ ねぎ 1本
- ・ 香菜 (中国せり)少々
- ・ 塩
- ・ 味の素
- ・ 胡椒

### 作り方

- 1 豚肉は細かく切り、たたいてみじん切りにする。(ひき肉でもよい)
- 2 ねぎはみじん切り、にんじんは4センチぐらいに切り、細くせん切りにする。
- 3 ボールにひき肉、ねぎを入れ塩、胡椒をし、よく混ぜる。
- 4 中国せりは1センチぐらいに切る。
- 5 鍋にお湯を沸かし、沸騰したら(1)をスプーンですくって入れる。豆腐は1センチぐらいのかく切りにし、スープに入れる。ニンジンも入れ、団子に火が通るまで煮る。
- 6 塩を入れ、味をみて味の素、胡椒で味を調える。
- 7 青みに香菜をちらす。

## 中国風おかゆ

### 材料(3~4人分)

- ・ お米 1カップ
- ・ 水 6カップ
- ・ 重曹 少々

### 作り方

鍋にお米、水を入れ、沸騰するまで強火、沸騰したら弱火にし、30分煮る。

