



豚ニラスープ

材料 約4人前

中華スープの素	大さじ1
豚ひき肉	20グラム
ニラ	30グラム
エノキ	40グラム
生姜	少量
塩	適量
コショウ	適量
ごま油	大さじ1
水	600cc



作り方

- 【1】 エノキ・ニラは2～3センチの長さに切る。
- 【2】 生姜はみじん切りにする。
- 【3】 鍋に水と中華スープの素を入れ沸騰させる。
- 【4】 野菜と肉を加え、アクが出てきたら取る。
- 【5】 調味料を加え味を調べ、最後のごま油を加える。

中華スープを使い、生姜加えて体も温まる簡単スープです。

生姜は入れすぎると辛いので、調節しながら入れてください！

豚肉のかわりに鶏肉に変えると、あっさりスープに変身しますよ

