

《汁物》なめこと卵のスープ



なめこのとろみで、卵がフワッとしあがります。

▶材料（4人分）

| | |
|-----------|--------|
| なめこ | 1袋 |
| 長ねぎ | 約 1/3本 |
| わかめ（乾燥） | 小さじ1 |
| ★鶏がらスープの素 | 小さじ1.5 |
| ★しょうゆ | 小さじ2 |
| ★こしょう | 少々 |
| 水 | 3カップ |
| 卵 | 1個 |

▶作り方

- ① なめこはさっと洗う。長ねぎは5ミリくらいの小口切りに切る。
- ② 湯を沸かし、長ねぎを加えて柔らかくなったら、なめこ・わかめを煮る。
- ③ ★の調味料を加え、スープがグツグツとしているところへ、溶き卵を少しずつ加えてひと煮立ちさせる。