

料理名 **八宝湯（中国ケンチン汁・のっぺ汁風）**

中華

団体名 東京都中華料理生活衛生同業組合
作成者所属・氏名 (株)おむらい 上竹誠一



〈食材料〉

豚コマ	100 g
さと芋	100 g
人参	50 g
椎茸	3枚
長葱	1/2本
もやし	100 g
ゆで筍	50 g
絹豆腐	半丁

〈調味料〉

スープ	6カップ
塩	小さじ2
醤油	小さじ1
胡椒	少々
化学調味料	少々
片栗粉	大さじ2
炒め用油	大さじ2
胡麻油	小さじ1

〈作り方〉

- 1 各野菜、豚肉、1. 5cm角に切る。
- 2 フライパンに炒め用油を入れ1を加えよくなじむまで炒める。
- 3 ②にスープと豆腐と調味料を入れる。
- 4 中火で10分～15分位煮て味を調べ、水溶き片栗粉でとろみを付ける。
- 5 仕上げに胡麻油で香り付けし出来上がり。

調理方法・味付けで一工夫！

*各野菜と肉を均一に火が通るように切ります。

*野菜を炒める時に味噌を入れ良く炒めてからスープで煮ても美味しいです。

★コツ★

☆各野菜、肉を良くなじむまで炒める事により、具材やスープにうま味が出てくる。