


■ 蓮根のいろいろ食感スープ

岩国の特産品れんこんは、一般的な蓮根より穴がひとつ多いのが特徴です。シャキシャキ、もちもちした蓮根と、つるんとした餃子の皮。いろいろな食感が楽しめるスープです。

材 料 [4 人分]	<table><tbody><tr><td>蓮根</td><td>1 節(250g)</td></tr><tr><td>片栗粉</td><td>大さじ 4</td></tr><tr><td>餃子の皮</td><td>8 枚</td></tr><tr><td>浅葱または小葱</td><td>4 本</td></tr><tr><td>ごま油</td><td>大さじ 1/2</td></tr><tr><td>「無添加中華だし」</td><td>1 袋(6g)</td></tr><tr><td>薄口醤油</td><td>大さじ 1</td></tr><tr><td>こしょう</td><td>少々</td></tr></tbody></table>	蓮根	1 節(250g)	片栗粉	大さじ 4	餃子の皮	8 枚	浅葱または小葱	4 本	ごま油	大さじ 1/2	「無添加中華だし」	1 袋(6g)	薄口醤油	大さじ 1	こしょう	少々	
蓮根	1 節(250g)																	
片栗粉	大さじ 4																	
餃子の皮	8 枚																	
浅葱または小葱	4 本																	
ごま油	大さじ 1/2																	
「無添加中華だし」	1 袋(6g)																	
薄口醤油	大さじ 1																	
こしょう	少々																	
作 り 方	<ol style="list-style-type: none">蓮根は皮をむき、半量はすりおろして片栗粉を混ぜる。 残り半量は 3~4cm 長さで縦方向に 16 等分に切り分ける。餃子の皮は半分に切る。鍋にごま油を熱し、①の切った蓮根を炒める。 軽く火が通ったら水 600ml と中華だし、薄口醤油を入れる。沸騰したら①のすりおろした蓮根を団子状に丸めて加え、5~6 分煮る。餃子の皮の粉を落とし、重ならないように加える。 皮が半透明になったら出来上がり。こしょうを振り、小口切りの浅葱を散らす。 <p>* 餃子の皮は食べる直前に加えましょう。</p>																	