いもだんご汁

【　材 料　】　４人分

	〈目安量〉	〈切り方〉
・水	480g	
・けずり節	8g	
・じゃがいも	120g	蒸してつぶす
・片栗粉	40g	
・にんじん	30g	いちょう切り
・だいこん	50g	いちょう切り
・油揚げ	20g	短冊切り
・しめじ	30g	小房に分ける
・酒	大さじ1/2	
・しょうゆ	大さじ1/2	
・塩	小さじ1/2	
・みりん	小さじ2/3	
・ねぎ	20g	斜め小口切り
・こまつな	30g	



【　作 り 方　】

① けずり節でだしをとる。

② じゃがいもは蒸してつぶし、片栗粉を入れてよく練って、食べやすい大きさのいもだんごを作る。

③ ①にだいこん・にんじん・しめじ・油揚げ・いもだんごを煮て調味する。

④ ねぎ・こまつなを入れて味を調える。

いもだんごはお家で簡単に作れるので、お子様と一緒に作るのもおすすめです。もちもちとした食感が人気の汁物です。

区公式HPで
順次公開！