

食材2つだけ!

鶏ひき肉

×

キャベツ



調理時間

15分

## おかずにもなるボリュームスープ キャベツと肉団子のスープ

### 材料 (2人分)

鶏ひき肉…………… 150g  
キャベツ…………… 2枚  
○片栗粉…………… 小さじ1  
○酒…………… 小さじ1  
○オイスターソース… 小さじ1/2  
○塩・こしょう…………… 少々  
○しょうがチューブ …… 0.5cm

●鶏ガラスープの素(顆粒)  
…………… 小さじ1  
●酒…………… 大さじ1  
●しょうゆ…………… 小さじ1  
塩・こしょう…………… 適量  
白いりごま…………… 少々  
ごま油…………… 小さじ2

### 1 肉団子のたねを作る

ポリ袋にひき肉、○を入れて袋の上からよくこねる。袋から取り出し、6等分して丸める。

### 2 煮る

鍋に水400ml(分量外)と●、手でちぎったキャベツを入れて中火にかける。沸騰したら1を入れて10分煮る。塩・こしょうで味を整え、白いりごまをふり、ごま油を回し入れる。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索