

◎作り方

1. ポウロビ、ひき肉、塩を入れて粘りがなくなるまで手でよく混ぜる
A を加えてさらに混ぜる。半量のたねをポウロビに移し皮をむいて、ありおろして汁気をきったにんじゅ、片栗粉を加えてなじむまで混ぜる
2. 鍋にBを沸かし、たねを一口大に丸めながら入れ、浮いてきたらアクを取り、火を止める
3. 野菜は食べやすい大きさに切り、油揚げは3cm幅に切る
だんごを入れた鍋に再び火をかけ煮立たせ、Cを溶き入れ、豆乳を加える、煮汁が温まったら煮えにくい野菜から入れ、煮えあがった野菜からいただく

◎材料 4~5人分

- ◎ 鶏ひき肉 400グラム
- ◎ 塩 小さじ 1/2
- ◎ 酒 大さじ 1
- ◎ パン粉 大さじ 3
- ◎ 溶きたまご 1コ分
- ◎ おろししょうが 小さじ 2
- ◎ にんじゅ 1本
- ◎ 片栗粉 大さじ 1
- ◎ 水 600ml
- ◎ 酒 50ml
- ◎ 好きなきらい
長ねぎ、しめじ、白菜、水菜 etc
- ◎ 油揚げ 2枚
- ◎ みそ 大さじ 3~4
- ◎ 白みそ 大さじ 5
- ◎ 豆乳 600ml

point

糸白だんごは保存容器に入れて
冷凍保存すれば、3~4週間
もつので便利だよ

糸白だんご 豆乳鍋