

小松菜とシイタケの肉丸中華スープ

■材料 4人分

鶏ひき肉	120g
小松菜	1/2束
生シイタケ	3個
溶き卵	1/2個
生姜すりおろし	小さじ1
塩・こしょう	少々
春雨（乾燥）	400g
鶏がらスープの素	大さじ1
油	小さじ2
塩・こしょう・しょう油	少々
水	600ml
片栗粉	適量



■作り方

- ① 小松菜は土を落として水にさらし、葉と茎にカットしたら葉は茹でて細かく切る。
- ② 生しいたけは軸を取ってうす切り、春雨はさっと茹でておく。
- ③ 鶏ひき肉に塩を加え、白く粘りが出るまで練り、小松菜の葉・溶き卵・生姜・こしょうを加える。
- ④ ③がよく混ざったら4つに分けて丸め、周りに片栗粉を付ける。
- ⑤ 鍋に油を入れ、小松菜の茎とシイタケを炒め、水・鶏がらスープの素を加える。
- ⑥ ⑤が沸いたら④の団子を加えて火が通ったら、春雨を加えて塩・こしょう・しょう油で味を整える。