

## 卵とモロヘイヤのスープ

### <材料4人分>

モロヘイヤ	30 g	水	600 ml
チンゲン菜	20 g	チキンコンソメ	3 g
にんじん	40 g	白ワイン	小さじ1
玉ねぎ	120 g	濃口しょうゆ	小さじ1/2
豆腐	80 g	塩・こしょう	少々
ベーコン	15 g	片栗粉	小さじ1/2
卵	2個		水

### <作り方>

①具材を食べやすく切る。

※モロヘイヤはざく切りでOK!

②鍋に水を入れ、卵と薬物以外の具材を煮る。

③②が煮えたら、調味料を加え、チンゲン菜とモロヘイヤを入れる。

④水で溶いた片栗粉を加え、よく混ぜる。

⑤沸騰したら、火を弱め、溶いた卵を回し入れる。

⑥ひと煮立ちさせ、塩、こしょうで味を調べて完成。



### <ポイント>

★モロヘイヤは細かく切ると粘りが強くでます。ざく切りにするとそこまでネバネバにはならず食べられます。

★モロヘイヤを最後の方に入れると鮮やかな緑色がきれいです。