

ダッチオーブンを使ったレシピ 投汁そば

はじめに・・・

ダッチオーブンで投汁そばを作ってみましょう。
 食材さえ用意しておけば、時間をかけずに作りながら食べられる簡単さが魅力です。
 煮込むだけなので、初心者にもおすすめの料理です。

用意するもの



■所要時間	15分
・調理時間		
■材料（約6人分）		
・ゆでそば	6玉
・鴨肉（鶏肉）	600g
・水菜	2束
・九条ネギ	1束
・だいこん	1/2本
・しいたけ	2袋
・焼き豆腐	2丁
・油揚げ	3枚
・水	3L
・しょうゆ	90cc
・白だし	100cc
・酒	60cc
・ゆず	お好みで
・砂糖	お好みで

作り方

1. 鴨肉は5mmくらいにスライスする。
2. 水菜、九条ネギは7cmくらいにカットする。
3. だいこんは長さ7cmにし5mm幅に千切り、
しいたけはへたを取り、5mm幅に千切り、
油揚げも同じように切り、豆腐は8等分にする。
大皿にきれいに並べる。
4. ダッチオーブンに水を入れ火にかけ、沸騰したらしょうゆ、
白だし、酒を入れスープのできあがり。
5. だいこん、しいたけ、油揚げを入れ煮立て、後はお好みで、
そばは煮込みすぎないように！
6. 皆でそれぞれお好みのものを入れ、楽しみながら食す。

※お好みでゆずをしぼったり、皮を千切りにして入れたりすると
おいしい。



1、2、3. カットは一例です。
お好みの大きさでお楽しみください。



4. スープ作りは簡単！
後は煮立てるだけです。

▶アドレスはこちら...

<http://www.komeri.com/howto/>