

けんちん汁



材料 4 人分（切り方）

鶏肉（もも・一口大）	60 g
にんじん（いちょう切り）	40 g
ごぼう（ささがき）	20 g
大根（いちょう切り）	40 g
ねぎ（小口切り）	28 g
里芋（一口大）	60 g
豆腐（木綿）（角切り）	100 g
えのきたけ（2 cm）	20 g
A こいくちしょうゆ	小さじ 2
A うすくちしょうゆ	小さじ 1
A 食塩	少々
厚けすり	12 g
水	360 g

【作り方】

- 1 厚けすりです、だしをとる。
- 2 1に、鶏肉を入れ軽く火を通してから、にんじん、ごぼう、大根、里芋を加えて煮る。
- 3 豆腐、えのきたけ、Aの調味料、最後にねぎを入れて煮る。

【ひとくちメモ】

- 油揚げやいろいろな野菜を入れても良いです。
- 里芋が煮えてから、豆腐を入れるとよいです。