

ふわっとたまごの中華風コーンスープ

〇材料 (4人分)

- ・たまねぎ 1/2こ
- ・しめじ 1/2パック
- ・ホールコーン 100g
- ・たまご 1こ
- ・水 3カップ
- ・顆粒スープのもと 小さじ3
- ・しお、こしょう 少々
- ・片栗粉 小さじ2
- ・水 小さじ2
- ・にら 2本 (2cmはば)



〇作り方

- ① たまねぎはうす切りにする。(スライサーでもOKです。) しめじは石づきをとって小さくわける。にらは2cmはばに切る。ホールコーンは水気を切る。



- ② なべに、水、スープのもと、たまねぎ、しめじ、ホールコーンを入れて煮る。



- ③ たまごを割ってよくほぐす。



はし先の間をあけて立ててほぐすと白身がほぐれやすくなります。

- ④ 水溶き片栗粉をつくる。

★入れるときによく混ぜる。

- ⑤ たまねぎがやわらかくなったら、いったん火をとめて、④を回し入れて、おたまで混ぜる。

★火がついていると、片栗粉がダマになりやすい。

- ⑥ 火をつけてひと煮立ちしてから、たまごを回し入れる。



すぐに混ぜないこと。たまごが固まる前にスープに溶けてしまいます。

- ⑦ 最後に、にらを入れて、しおとこしょうで味をととのえる。

