

月見とろろスーフ



<材料> 子ども4人分

うずらの卵（水煮）	4個
とろろ昆布	2g
まいたけ	1/4房
しょうゆ	小さじ1
塩	ひとつまみ
かつお昆布だし	480cc

（作り方）

- ① まいたけは子房にほぐしておく。
- ② かつお昆布だしを鍋に入れ、火にかける。
- ③ 沸騰したら、うずらの卵とまいたけを加え、ひと煮たちさせる。
- ④ 醤油と塩を入れ、味を付ける。
- ⑤ 器に④を入れ、とろろ昆布を盛り付ける。

（かつお昆布だしの作り方）

かつお節	15g
昆布	10cm角一枚
水	1リットル

1リットルの水に昆布を入れて30分置く。弱火にかけ、沸騰直前に引き上げる。その後にかつお節を入れて、1～2分したら火を止める。