

セロリのレシピ

セロリとかに玉のスープ



材料 2人分

セロリ・セロリの葉 1/3 本
 人参 1/4 本
 カットワカメ 5g
 かにかま 4本
 卵 1個

鶏ガラスープの素 小さじ1/3
 水 2カップ
 ☆ 酒 小さじ1
 みりん 小さじ1
 塩・こしょう 少々
 パセリみじん切り 少々
 ごま油 小さじ1

作り方

- ①セロリの茎と葉を3cmの長さに切る。
- ②人参も3cmの長さの短冊にする。
- ③カットワカメを水で戻す。
- ④かにかまはほぐしておく。
- ⑤鍋にごま油をひいてセロリの茎・葉・人参を炒めてしんないしたら☆を加えて、塩・こしょうで味付ける。
- ⑥卵を溶きほぐし、⑤に入れる。
- ⑦器に盛り付けてパセリのみじん切りをのせる。

