



# 鶏ごぼうの ほっこりスープ

しょうがが  
香る♪

## 鶏ごぼうのほっこりスープ

### 材 料 (2人分)

鶏肉(もも肉) .....	70g
ごぼう .....	1/4本
しょうが汁 .....	少々
しょうゆ .....	少々
酒(鶏肉の下味用) .....	少々
だし汁 .....	600cc
※まるものだしパック使用	
ねぎ .....	少々

- ① ごぼうは薄くささがきにして、水に5分ほどさらす。
- ② 鶏肉は小さめに切り、酒をふっておく。
- ③ 鍋にだし汁・鶏肉を入れ、火にかけてアクを丁寧に取る。
- ④ 鶏肉の色が変わったら、ごぼうを入れてアクを取る。
- ⑤ 鶏肉に火が通り、ごぼうがやわらかくなったら、しょうが汁・しょうゆをお好みで加える。
- ⑥ ななめ切りにしたねぎを浮かべて、でき上がり♪

### コツ・ポイント

- 鶏から出るアクと脂は丁寧に取ることが、おいしさの秘訣です。
- 鶏もも肉を使うとジューシーに、胸肉だとあっさりした味わいになります。
- 味つけはお好みで調整してください。