

◆じゃがいものだご汁



材料 4人分

食
材

- じゃがいも 中2個(200g)
- 人参 1/2本
- 玉ねぎ 1/2玉
- 小ねぎ 4本

調
味
料

- だし汁(煮干し) 3カップ
- 薄口しょうゆ 大さじ1と2/3
- 塩 少々

※ごぼう・こんにゃく・きのこ・蒲鉾など好みの具材

作り方

01 下ごしらえ

1. じゃがいもをすりおろして、絞る
(この時、しぼり汁もとっておく)



01

02 じゃがいも団子を作る

1. じゃがいものしぼり汁の下に溜まったでんぷんと、すりおろしたじゃがいもを混ぜ、固さを調整しながら団子を作る



02

03 汁をつくる

1. 人参を銀杏切りに、玉ねぎを薄切りにしておく
2. だし汁を火にかけ、人参・玉ねぎ・お好みの具材を入れ、薄口しょうゆと塩で味付けする



03

04 盛り付けて完成

1. だし汁が煮立ったら、じゃがいも団子を入れ、浮いてきたら火を止める
2. 小ねぎを散らし、お椀に盛り付けて完成



04