

インスタントのスープと丸ごとレタスで、食卓にもう一品。手間はかけないのに、意外なおいしさです。

レタスの スープあんかけ

材料（2人分）

レタス…小1玉 かにかまぼこ…40g インスタント
卵スープの素…2個 水…320cc 片栗粉…大さじ1.5
水(水溶き用)…大さじ2

作り方

- 1 レタスは芯をえぐるように切り、とった所に流水を当て、水の力でほぐしていく。
- 2 レタスをザルに上げて水気を切り、お皿に盛る。
- 3 2の上に、かにかまぼこを手でほぐしながら散らす。
- 4 インスタント卵スープの素と水を耐熱容器に入れ、レンジで加熱(600wなら約2分)して、スープを溶かす。
- 5 4に水で溶いた片栗粉を少しずつ加え、スプーンで素早くかきまぜてとろみを出す。
- 6 5を3にかけて、できあがり。

2007. タキイ最前線春号



※詳細はタキイのホームページをご覧ください。 <http://www.taki.co.jp>