



とうじそば

仁科 保さん作

材 料

20人前				
ごぼう	150g	A	そばつゆ	適宜
人参	少々		そば	適宜
かも (切出し)	100g		しいたけ	8枚
しめじ	100g			
とり肉	200g			
長ねぎ	2本			
だし汁	600cc	B		
砂糖	250g			
しょう油	大さじ 5			

作り方

- ① しいたけは水でもどし、Bの煮汁でしっかりと味をつける。
- ② Aの材料を適宜に切り、そばつゆで薄味をつける。
(注 長ネギは火から下ろし際に入れる。)
- ③ そばつゆの中に、②で薄味を付けた具を入れ温める。
- ④ 投げざるに茹でそばをいれ、③に通し、椀に具と共に盛り、上に薄切りのしいたけ、三つ葉、かも肉等を添える。
(写真は鴨ロースのスライス)
※ きざみ赤ねぎを掛けると、一段と味が増す。