



## Recipe

まいにちの発酵ごはん

# ささみスープ

## Ingredients 材料 /2 人分

ささみ茹で汁	400cc	(A)	
茹でささみ	2 本	塩麴	大さじ 1
えのきたけ	½ 株	醤油	小さじ 1
みつば (ニラ、小松菜など)	¼ 束	しょうが麴 (すりおろし)	小さじ 1
卵	1 個	胡椒	少々

## Directions 作り方

- ・ささみをお好みの大きさにさいて、えのきたけは半分に切り、みつばはざく切りにしておく。
- ・卵は溶いておく。

- ① ささみの茹で汁を火にかけ、ささみ、えのき、A を加えて沸騰直前にみつばを加えて具材に火を通す。
- ② 沸騰したら溶き卵を糸状に垂らして卵がかたまったら火を止める。
- ③ お好みで胡椒を加える。

※茹で汁が濃い場合は味をみてお水を足して調整してください。

※野菜やきのこはお好みのものでアレンジしてください。

(セロリ、人参、大根、ブロッコリー、しめじなど)