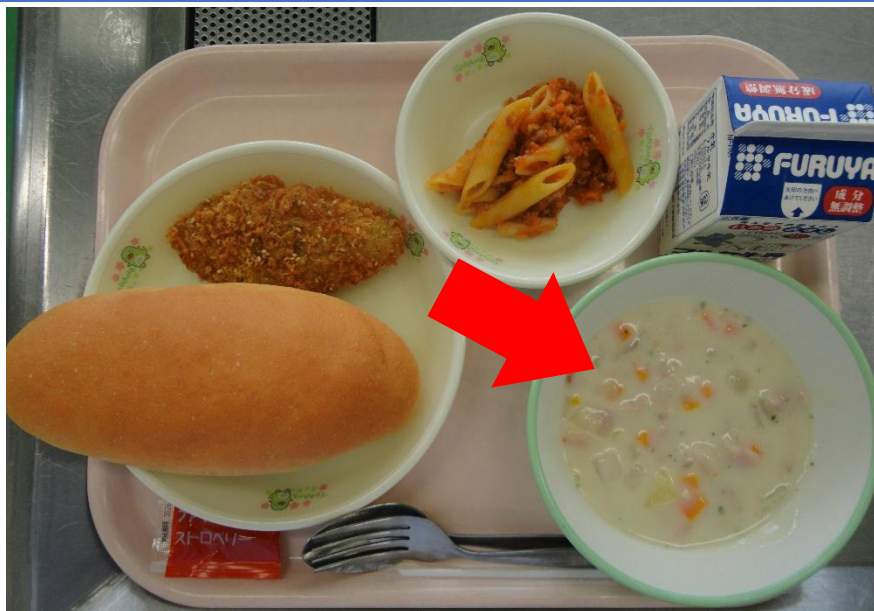




クラムチャウダー



材料（4人分）

- | | | | |
|----------|-------------|---------------|-------|
| ・ベーコン | 2～3 枚 | ・顆粒コンソメ | 小さじ 1 |
| ・人参 | 1/2 本 | ・塩コショウ | 少々 |
| ・玉ねぎ | 1/2 個 | ・牛乳 | 200ml |
| ・じゃがいも | 1 個 | ・米粉 | 小さじ 3 |
| ・アサリ水煮 | 50～100g くらい | ※とろみづけ用無くてもよい | |
| ※汁ごと使用する | | ・乾燥パセリ | 少々 |
| ・水 | 300ml | | |
| ・サラダ油 | 小さじ 1/2 | | |

作り方

- ①ベーコンは 1 cm幅短冊切り、人参、玉ねぎ、じゃがいもは 1 cm角の角切りにする。
- ②鍋にサラダ油を入れ、ベーコン、人参、玉ねぎを入れて焦げないように弱火で炒める。
- ③玉ねぎが透けてきたら、じゃがいもと水を加える。
- ④野菜に火が入ったら、アサリ水煮を汁ごと加える。
- ⑤調味料、牛乳を加える。
- ⑥とろみをつける場合、一旦火を止め水で溶いた米粉を加えてよく混ぜる。
- ⑦火をつけて、ふつふつしたらパセリを加えて完成。

炒めるときや牛乳を入れた後、なべ底が焦げやすいため、よく混ぜるようにしましょう。

