



館山クッキング大使 川上文代の 地産地消レシピ



今回は、館山では初春に旬を迎える「セロリ」のレシピを紹介します。シャキッとした歯ごたえをお楽しみいただけると思います。ぜひお試しください。（川上）

川上先生ブログ <http://ameblo.jp/fumiyokawakami>

No32 セロリのおすまし

材料(2人分)

| | | | |
|------|---------|----------|---------|
| だし汁 | 2カップ | 卵 | 1/2 個 |
| セロリ | 1/4 本 | 粗挽き黒こしょう | |
| しいたけ | 1 枚 | | 少々 |
| 塩 | 小さじ 1/4 | 【水溶き片栗粉】 | |
| みりん | 小さじ 1 | 片栗粉 | 小さじ 1/2 |
| | | 水 | 小さじ 1 |



<作り方>

1. セロリは軽く筋を取り 2mm厚の斜め切りにする。しいたけは軸を取り 2mm厚の薄切りにする。卵は溶いておく。
2. 鍋にだし汁を沸かし、しいたけ、みりん、塩を入れる。
3. セロリを加えて水溶き片栗粉で濃度をつけ、卵を糸を垂らすように入れて、火を止め、30秒したら軽く混ぜる。
4. 椀に盛り、こしょうを散らす。



ワンポイントアドバイス



セロリは洋食でよく登場し、サラダやポトフ、ミネストローネなどに使用しますが、今回はだし汁でおすましにして、粗挽き黒こしょうを合わせ、和と洋をコラボしました。

卵を加える際は、濃度をつけてから溶き卵を加えると、沈まずに均一に混ぜられます。

