



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。

