

## 【材料】(4人分)

そうめんうり 1/2 個

人参 4 cm

干ししいたけ 3枚

干ししいたけの戻し汁 200 c c

ささみ(酒蒸し) 2本分

砂糖・みりん 各大さじ1

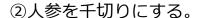
しょうゆ 大さじ 2

しょうが 1かけ

片栗粉 小さじ 1.5

## 【作り方】

- ①そうめんうりは、3 cm程度の輪切りにし、竹串が刺さるまで茹でる。
  - 水にとってほぐす。水分を固く絞る。



- ③干ししいたけは、水で戻し千切りにする。
- ④②③をしいたけの戻し汁としょうゆ、砂糖、みりん、しょうがのみじん切りを入れて、 人参がサクサクの食べ頃まで煮て、ささみを加える。

そうめんうり

- ⑤水溶き片栗粉を回し入れ、とろみをつける。
- ⑥器にそうめんうりを盛り付け、その上に⑤のあんをかける。上に白ごまを散らす。