

生しいたけたっぷりの豆乳鍋



▼材料（2人分）

- たら（鱈） …2切れ
- 生しいたけ …10枚
- 豆腐 …1丁
- 白葱 …1本
- A：
 - ・豆乳 …600cc
 - ・コンソメ顆粒 …小2
 - ・砂糖 …小1
 - ・塩、こしょう …各適宜

▼作り方

- ① 生しいたけは半量をフードプロセッサーで攪拌してAと混ぜ、鍋に入れて煮立たせる。
- ② 残りの生しいたけ、たら、豆腐、白葱を食べやすく切って煮る。