

乾物たっぷりだんご汁

1人分の野菜量（乾物戻し量） 110g

【材料】 2人分

干しいたけ	6枚
切干大根	15g
高野豆腐	1枚
人参	30g（1/4本）
里芋	2個
細ねぎ	1本
だし汁	600ml
味噌	大さじ1～2
小麦粉	75g
片栗粉	25g
水	50～60ml



【作り方】

- ① 小麦粉、片栗粉、水を合わせ柔らかくなるまで混ぜ（みみたぶぐらいのかたさまで）丸くまとめ、ラップをして冷蔵庫で30分～1時間おき、一口大のだんごを作る。
- ② 干しいたけ、切干大根はそれぞれ、水200mlで戻し食べやすい大きさに切る。（戻し汁は、後から使う）
- ③ 高野豆腐はぬるま湯（適量）で戻し一口大に切る。
- ④ 人参はいちょう切りする。里芋は輪切りにし水にさらす。
- ⑤ 鍋にだし汁、②の戻し汁、人参、里芋を入れやわらかくなるまで煮る。
- ⑥ 干しいたけ、切干大根、高野豆腐、だんごの順に加え煮、最後に味噌を溶き、ひと煮立ちさせる。
- ⑦ 器に盛りつけ、小口切りしたねぎを散らす。

