

包まない簡単ワンタンスープ！！

## ワンタンスープ

【 材料 】(おとな2人こども2人分)

ワンタンの皮	8 枚
豚肉(こま切れ)	60g
にんじん	1/2 本
玉ねぎ	1/2 個
白菜	1~2 枚
にら	1/5 束
干しいたけ	1 枚
油	大さじ 1
だし汁	1000 cc
〔 しょうゆ 塩 酒	小さじ 1
	小さじ 1/3
	小さじ 1



【 作り方 】

- ① ワンタンの皮は 4 等分くらいに切っておく。  
※ 小さなお子さん用にはさらに細かく切る(1 cm角)と良いです。
- ② 干しいたけは水で洗い、ぬるま湯に浸けてもどしておく。
- ③ にんじんは短冊切り、玉ねぎは幅 5mm のスライス、白菜は芯の部分は細切り、葉の部分はざく切り、にらは長さ 2~3cm に切る、干しいたけは薄切りにする。
- ④ 鍋に油を熱して、豚肉を炒める。肉に火が通ったら玉ねぎ、にんじんを入れてさらに炒め、干しいたけとだし汁を入れて煮る。
- ⑤ 沸騰してきたら白菜の芯を入れ、しばらくしたら白菜の葉と、にらを入れる。
- ⑥ 野菜がやわらかくなったら調味料で味をつけ、最後にワンタンの皮をくっつかないようにほぐしながら入れて、ひと煮立ちさせる。