

# 豆乳鍋

まろやかでコクのある優しい味。  
ゴマ豆乳鍋や、キムチ豆乳鍋、  
坦々豆乳鍋などアレンジが  
いろいろ楽しめます。



## 材料（4人分）

### ■具材

鶏もも肉	350g
水菜	適量
白菜	1/2株
人参	1/2本
エリンギ	2本
木綿豆腐	1丁

### ■スープ

水	600ml
豆乳	400ml
塩	小さじ1
みそ	大さじ3

## 作り方

1. 具材をお好みの大きさに切っておく。
2. 別鍋で沸騰させた湯に鶏肉を白くなるまで湯通しし、冷水に取って水気を切る。
3. 鍋に水と鶏肉を入れ煮立たせ、アクを取って塩とみそを溶き入れる。
4. Aを入れて蓋をし、弱火で10分程煮込んでから豆乳を加える。
5. 野菜がやわらかくなったら豆腐と水菜を入れ、ひと煮立ちさせて召し上がれ。

※天然塩に含まれるにがり等で豆乳が固まる場合があります。