

【キャーゼンヒンガー】 vermicelli soup (3~4人前)



<材料>

ビーフン 250g

乾燥キクラゲ 20g

乾燥ゆば 20g ※無ければ、省いても大丈夫です

鶏むね肉、鶏もも肉 各200g

うずらの水煮 10個

玉ねぎ 大1個

●調味料

塩 小さじ2

ナンプラー 大さじ2

胡椒 ※お好みで

鶏ガラスープの素 大さじ1

パプリカ粉 小さじ1

ウコン粉 or ターメリック粉 小さじ1

生姜 20g ※みじん切りにします

ニンニク 5片 ※みじん切りにします お好みで増やしていただいても大丈夫です

玉ねぎ 大1個 ※みじん切りにします

油 大さじ4

細ねぎ(みじん切り) or パクチー ※トッピング用

レモン 1個 ※お好みで(レモン汁でも大丈夫です)

粗挽き乾燥赤唐辛子、チリソースなど ※お好みで

<ワークショップの前に必ず下準備をしておいてください！>

1. ビーフン、乾燥キクラゲ、乾燥ゆばをそれぞれ、水の中に浸しておく
2. 戻した後、ビーフンはハサミで食べやすい長さに切っておき、乾燥キクラゲは根本を切って食べやすい大きさに切り、乾燥ゆばは薄く切っておく
3. 鶏肉をみじん切りにした生姜 (10g)、ニンニク (2片)、塩 (小さじ2)、ナンプラー (小さじ2)、水 4L で 10~15 分程度茹で鶏肉が柔らかくなったら、鍋から取り出し、冷ます
※茹でている間、アクを取るようにしましょう。
4. 粗熱が取れたら、スライス状に切っておく
※茹で汁は後ほど使いますので取っておいてください。
5. トッピング用のネギをみじん切りにしたり、パクチーを食べやすい大きさにカットしたり、レモンを 4 等分に切っておく

おすすめの材料です！

