

フレンチシェフに教わる

# よもぎうどん料理教室

「アサリとキノコのクリームスープパスタ風よもぎうどん」レシピ

【材料】 4人分

★スープ

コンソメ（キューブ）…………… 2個  
にんにく…………… 大粒1片  
水…………… 600cc  
生クリーム…………… 200cc  
しょうゆ…………… 大さじ4杯  
粗挽き黒コショウ…………… 少々

★麺

よもぎうどん…………… 2把

★具

殻付きアサリ…………… 約 16 個  
剥きアサリ…………… 約 40 個  
キノコ しいたけ…………… 60 g  
          エリンギ…………… 60 g  
          しめじ…………… 60 g  
          えのき…………… 100 g  
マッシュルーム（水煮）…………… 80 g  
たまねぎ…………… 200 g

【下準備】

1. 殻付きアサリを砂抜きし、殻と殻をこするように表面を洗う。
2. にんにくの皮をむき、みじん切りにする。
3. たまねぎの皮をむき、2ミリ厚程度にスライスする。
4. しいたけ、エリンギ、マッシュルームを2ミリ厚程度にスライスする。
5. えのきとしめじを適当にほぐす。
6. 麺茹で用に鍋でお湯を沸かす。

【調理手順】

1. 鍋にスープ材料と具材を全て入れ、強火でひと煮立ちさせたら弱火にし、

殻付きアサリを皿などに取り出す。

2. 麺を約5分間茹でる。
3. 茹でた麺をザルに取り出して、麺を流水で軽く洗ってめる。
4. 麺を具の入った鍋のスープに戻して軽く温める。
5. 麺、具、スープを器に盛りつけ、取り出した殻付きアサリをのせる。



日時◆ 2019年2月27日（水） 会場◆ 興田市民センター（大東開発センター）  
考案◆ 佐藤勝義氏（ラ・コンコンブル オーナーシェフ）  
主催◆ 興田地区振興会 共催◆ 興田地区食生活改善推進員協議会