

<肉団子スープ>

材料(4人分)

豚ひき肉	120g
とりひき肉	90g
片栗粉	小さじ4
酒	小さじ1/2
しょうゆ	小さじ1/2
しょうが汁	少々
しいたけ	2枚
白菜	2枚
にんじん	3cm
わけぎ	4本
しょうゆ	大さじ1/2
酒	小さじ1

作り方

- ①しいたけは千切り、白菜は短冊切り、にんじんは短冊切り、わけぎは小口切りにする。
- ②豚ひき肉、とりひき肉をよく混ぜ、片栗粉、酒、しょうゆ、しょうが汁、水大さじ1を加えてよくこねる。
- ③鍋に湯を沸かし②を団子にしてゆでる。
- ④団子が浮き上がったら、①の野菜を加えて煮て、しょうゆ、酒で味を調える。

<わかめのサラダ風>

材料(4人分)

きゅうり	1本
にんじん	5cm
ツナ缶	50g
わかめ(干)	6g
ごま油	大さじ1
酢	小さじ1
三温糖	小さじ2
しょうゆ	小さじ2

作り方

- ①きゅうりは輪切りにし、分量外の塩をふり水気を絞る。にんじんはいちょう切りにして下ゆでする。ツナ缶は汁気を切る。わかめは戻してざく切りし、下ゆでする。
- ②鍋にごま油、酢、三温糖、しょうゆを合わせて火を通し、①と合わせる。

<きなこおはぎ>

材料(4人分)

精白米	1.5カップ
水	2カップ
塩	小さじ1/3
酒	小さじ1/3
きなこ	大さじ3
砂糖	大さじ3
塩	少々

作り方

- ①米は研いで、水、塩、酒を入れて炊く。
- ②きなこ、砂糖、塩を合わせておく。
- ③炊きあがったご飯を俵型に握り、②をまぶす。

<ソフトサブレ>

材料(4人分)

小麦粉	140g
ベーキングパウダー	小さじ1
たまご	1/2個
バター	30g
砂糖	30g

作り方

- ①小麦粉とベーキングパウダーを合わせてふるう。
- ②バターは室温に戻してクリーム状にし、砂糖を加えて白っぽくなるまでよく混ぜる。
- ③割りほぐしたたまごを少しずつ加えてよく混ぜる。
- ④①を加えてさっくりと混ぜ合わせる。
クッキングシートを敷いた天板に小さくまとめて並べ、オーブンで焼く。