

はっと汁



もちもちシコシコの郷土料理、はっと。

しょう油仕立て、カレー風味、海鮮仕立て、あんかけ仕立て、あずき、ずんだなど、味、具材のバリエーションは無限大。

今回はスタンダードなしょう油仕立てのものをご紹介します。

材料:しょう油仕立て 2人分

薄力粉	100 g
塩	適量
ぬるま湯	適量 (50cc 程度)
和風だしの素	「人は登米のだし」など
しょう油	適量
料理酒	適量
みりん	適量
豚肉	100 g
長ネギ	1本
お好みの野菜	ごぼう、白菜、しめじ、えのき、みつば など
お好みの具材	油麩、油揚げ、なると など



作り方:

1. 薄力粉に塩を入れ、ぬるま湯を少しずつ足してこねる。
耳たぶくらいのやわらかさになるまでこね、ねかせる。
(2 時間程度、最低 30 分はねかせる)
2. お湯を沸かし、お好みの具材に火を通す。
3. 2 にだしを加える
4. ねかせていたはっとを、**濡らした手で**のぼす。
平たく伸ばしながら、ちぎって鍋に入れる。
5. しょう油、料理酒、みりんを入れて、味をととのえる。

みんなもぜひ
チャレンジしてみてトン!

