

仙台 麩レシピ



創作料理

仙台麩の中華がゆ



【材料】	分量（4人分）
仙台麩 (5mm幅の半月切り)	1/2本
ザーサイ(千切り)	適量
ネギ(千切り)	1本
米	カップ1
水	2L
【調味料】	
サラダ油	大さじ1
中華だしの素	大さじ1
塩・コショウ	少々
ごま油	少々

【調理方法】

1. 米は洗って水気を切り、サラダ油をまぶしておく。
2. ネギは千切りにして水にさらしておく。
3. 沸騰した湯の中に 2) の米と中華だしを入れて沸騰させる。中火にして約40分煮こみ、塩・コショウで味を調える。
4. 器にもり、ごま油をかけ、ザーサイとネギ、仙台麩をのせる。