

ばち汁



兵庫県播州地方の郷土料理です。ばち汁の「ばち」は、そうめんの両端を切り落とした部分のことです。その形が、三味線のバチに似ていることからこの名前がつけました。



材料(4人分)

中学年1人あたり量を1人分としています。

	目安量	分量
鶏肉		40g
豆腐	1/3丁	100g
そうめんばち		20g
にんじん	1/5本	40g
かまぼこ	1/5枚	20g
油揚げ	1/2枚	12g
小松菜	2本	20g
うすくちしょうゆ	小さじ2	12g
だし汁(削り節)	3カップ	600cc



作り方

- ① 豆腐はさいの目切り、にんじんは千切り、かまぼこはいちょう切り、小松菜は2cmに切る。油揚げは油抜きをし、半分に切り、1cmの短冊切りにする。
- ② 削り節でだしをとる。
- ③ だし汁に、鶏肉、にんじん、かまぼこ、油揚げ、豆腐、小松菜、そうめんばちを順に加えて煮る。
- ④ 調味料を加えて仕上げる。

