



<材料> 2人分

あなご(素焼き) 2尾
あわ麩 1/4本+もみじ麩4cm
ゴボウ 1/2本
A だし汁1と1/2カップ
薄口醤油、みりん各大さじ2
オイスターソース 大さじ1
卵 3個
青ネギ 1本

<作り方>

1. ゴボウはささがきにし、サッと水でアクを取り、水気を取る。
2. 穴子、なま麩は食べやすい大きさに切る。
3. Aと1. をいれサッと煮、2. も入れ、溶き卵を回し入れ火を止める。
4. 青ネギの小口切りを散らす。