

くたくさん
～ 具沢山のクラムチャウダー～



ざいりょう ぶん
材料(1人分)

| | |
|----------------|------------------------|
| ジャガイモ | ちゅうこ 中 1個 |
| ミックスベジタブル (冷凍) | れいとう ぐらむ 30～50 g |
| ベーコン (角切り) | かくぎ ぐらむ 50 g |
| アサリ (缶詰) | かんづめ ぐらむ 30 g |
| 牛乳 | ぎゅうにゅう しーしー 150 c c |
| 水 | みず しーしー 100 c c |
| バター | ぐらむ 20 g |
| 小麦粉 | こむぎこ おお 大さじ1と1/2 |
| サラダ油 | ゆ おお 大さじ1 |
| 塩、コショウ | しお しょうしょう 少々 |
| クラッカー | てきりょう 適量 |

つくかた
作り方

- 1) ジャガイモは皮を剥き、1 cm の角切りにする。
- 2) ジャガイモ、ミックスベジタブル、ベーコンを一緒にサラダ油で炒める。油が全体に回ったら小麦粉を振り入れ、水100 cc を入れて煮る。
- 3) ジャガイモが柔らかくなったら、アサリ、牛乳を入れて一煮する。最後にバターを入れて出来上がり。
- 4) クラッカーを砕いて、出来上がったクラムチャウダーに入れながら一緒にいただく。