

サメのだんご汁



材 料 (4 人 分)	(だんご) サメ肉 150 g しょうが 1片 味噌 小さじ2 片栗粉 適量	(だし汁) 水 600~700ml だしの素 適量 しょうゆ 大さじ1.5 味醂 大さじ1 酒 大さじ1 長ねぎ 1/2本	
作 り 方	(1) サメ肉を適当な大きさに切り分け、しょうが、味噌、片栗粉とともにフードプロセッサーにかけて、だんごのたねを作る。 (2) 鍋に水、だしの素、しょうゆ、味醂、酒を入れ火にかける。煮立ったら、斜めに切った長ねぎを加え、弱火にする。 (3) (1)のたねをスプーンで一口大の「だんご」にまとめながら、(2)のだし汁が入った鍋の中に落とすように入れ、あくをとりながら火を通す。 (4) 団子に火が通って浮いてきたら、味を調べて出来上がり。		
一 口 メ モ			
新勝浦市漁協女性部 豊浜支所、興津支所			