

青森の郷土料理「せんべい汁」レシピ

【 おすすめ材料 】 3～4人分

鶏肉	1枚	長ねぎ	1本
にんじん	1/2本	焼き豆腐	1/2丁
ごぼう	1/2本	せんべい	10枚
しいたけ・しめじ	各半パック	スープ(付属)	3袋
糸こんにゃく	1袋		



【 作り方① 】

- 1 鶏肉は一口サイズに切る。
- 2 野菜、その他はお好みの大きさに切る。
- 3 鍋に油入れ鶏肉を炒め、焼き色ついたら野菜(ねぎ以外)とこんにゃく類を炒める。
- 4 鍋に水(又はお湯)を入れ、野菜が柔らかくなったらスープ(醤油や麵つゆなど)で味付けし煮る。
- 5 せんべいを四つ位に割り鍋に入れ、4～5分煮てせんべいが柔らかくなったら器に盛りねぎをちらす。
★少し硬めのアルデンテもおすすめです。

【 作り方② 】

- 1 鶏肉は一口サイズに切る。
- 2 野菜、その他はお好みの大きさに切る。
- 3 鍋にだし汁(5カップ～)入れ、鶏肉、野菜(ねぎ以外)、こんにゃく類加え煮る。
- 4 野菜が柔らかくなったら、酒(大3)、醤油(大3)、塩(少々)などで味を調える。
- 5 せんべいを四つ位に割り鍋に入れ、4～5分煮てせんべいが柔らかくなったら器に盛りねぎをちらす。

【 こんな食べ方もできます 】

ちゃんこ、みそ、キムチ鍋などの鍋料理やすき焼きの最後に、余ったスープにせんべいを割り入れ煮込んでもお召し上がり頂けます。

【 おすすめ商品 】

せんべい汁



内容 せんべい 10枚(2枚×5袋)
スープ 20g×3袋
価格 420円(税込み)

おつゆせんべい



せんべい 12枚
価格 263円(税込み)



ハチ屋



電話注文 : 0175-22-3324

受付時間 AM9:00～PM5:00

青森県むつ市新町 47-3