

♡ あさりのスープ

33kcal



材料(2人分)

あさり(殻付き) …100g
細ねぎ…1本
水…400cc
酒…50cc
鶏がらスープの素…小さじ2
塩…少々

作り方

- 1 あさは砂抜きして殻をこすり合わせながら、よく洗っておく。
- 2 鍋に水、酒、1のあさりを入れて火をつける。あさりの口が開いたら鶏がらスープの素を入れ、塩で味を調え、小口切りにした細ねぎを加える。