

♡ あおさスープの水餃子

370kcal



材料(2人分)

餃子…6個

あおさ…大さじ1強

だし汁…2カップ

しょうゆ…小さじ1/2

塩…小さじ1/3

クコの実…10粒

作り方

- 1 鍋にだし汁を入れ、温まったら餃子を加えて火が通るまで煮る。
- 2 あおさを手で軽く握って細かくし、だし汁の中に加えて1~2分火にかける。
- 3 しょうゆ・塩を加えて、味を整える。
- 4 お湯(分量外)で戻したクコの実をスープに加える。