



クラムチャウダー

材料

あさり 300g	ベーコン(塊) 80g	A 片栗粉 小さじ2 水 大さじ1
白ワイン 大さじ2	水 200ml	
玉ねぎ 1/2個(100g)	バター 10g	
じゃがいも 200g	牛乳 200ml	
人参 80g	塩・黒こしょう 適量	

作り方

あさを塩水につけて30分以上おき、砂出ししておく。Aの片栗粉と水を混ぜ合わせておく。

- ①玉ねぎ・じゃがいも・人参・ベーコンは1~2cm角に切る
- ②あさは流水の下で殻をこすり合わせるようにして洗う。容器にスノコをセットし、あさをのせて白ワインをふりかけ、中フタをして電子レンジ(500W)で4分加熱する。
- ③あさは取り出し殻から身をとっておく。スノコは取り出し、蒸し汁を茶こしでこしておく。
- ④容器に水を入れて①の具材を加えて中フタ・外フタをする。電子レンジ(500W)で9分加熱する。
- ⑤取り出してAとバターを入れて良く混ぜ、③のあさりの身と蒸し汁、牛乳を加えて混ぜ合わせる。中フタ・外フタをしないで電子レンジ(500W)で2分加熱する。取り出して塩・黒こしょうで味を調える。