

スープ：ビーフボールと茸の蒸しスープ

《材料》 4人分

玉葱	1個
ポワロ（白い部分）	4/15本
サラダオイル	20ml
えのき茸	1/3PC
カレー粉	4g
椎茸(6カット)	2個分
バター	40g
しめじ（いしずきを取る）	1/3PC
牛肩ロース肉（5cm棒状切り）	120g
白菜（白い部分縦に千切り）	1/2枚分
片栗粉	10g
小かぶ（皮むき（4カット）	2個分
卵白	2/3個分
顆粒コンソメ	6g
水	600ml
胡椒、塩	少々



《作り方》

- ①玉葱をサラダオイルで時間をかけて狐色に炒める。
- ②バターで①のソテーオニオン、カレー粉を炒め冷まし、牛肉、片栗粉、卵白で合わせ、塩胡椒で味を調えよく練る。等分に丸くする。
- ③お湯に顆粒コンソメ加え沸かしミートボールをさっとボイルする。残ったコンソメスープに塩、胡椒で味を調える。
- ④器にビーフボール、カットした生のポワロ、茸、白菜、小かぶ、スープを注ぎ30分以上蒸し器で蒸し上げ完成。

※食するとき、スープはかなり熱いので注意する。