


海老ワンタンスープ



で時短レシピ

30分

プリッとした海老が入ったつるつるワンタン。具を包んでそのまま生姜の香るスープで煮るから素早く準備できます。スペイン産エクストラバージンオリーブオイル  が、ワンタンとスープの味わいを更にまろやかに。寒い晩に、このスープでお腹の中から美味しく温まってくださいね。

材料 (2人分)

- ワンタンの皮 10枚分

(ワンタンの具)

- むき海老 40g
- 鶏ひき肉 40g
- スペイン産エクストラバージンオリーブオイル 小さじ1
- ねぎのみじん切り 大さじ1
- しょうがのすりおろし 小さじ1
- しょうゆ 小さじ1
- 酒 小さじ1
- こしょう 少々


(スープ)

- 鶏ガラスープ カップ2
- スペイン産エクストラバージンオリーブオイル 大さじ1
- 塩胡椒 適宜
- 小ねぎ 適宜

作り方

- むき海老は背わたをとって塩を揉み込む。水洗いして拭き、あらみじんにする。
- ボウルに、1の海老とスペイン産エクストラバージンオリーブオイル、残りのワンタンの具を全て混ぜ合わせてたねを作る。
- ワンタンの皮にたねを小さじ1程度乗せ、2辺に水をつけて半分に折る。
- 鍋にスープの材料を入れて沸かし、ワンタンを1つずつ入れてアクを取る。
- ワンタンが浮いてきたらスープにスペイン産エクストラバージンオリーブオイルを大さじ1加える。器によそい、みじん切りの小ねぎを飾って完成!



スペイン産 
オリーブオイル

WORLD LEADERS