

えびとレタスのスープ

～ナンプラーを使ったエスニックスープ～



材 料（2人分）

むきえび	40 g	スープ	
酒	大さじ 1/2	〔 湯	300ml
レタス	100 g	固形ブイヨン	0.5 g
セロリ	40 g	ナンプラー	大さじ 1/2
		こしょう	適量

ナンプラー タイの代表的な調味料で魚から作ったしょうゆの一種。
炒飯や野菜炒め・カレー・スープなどにしょうゆの代わりに少量加えると味に深みとコクがでる。

作り方

- ① むきえびは、背ワタを取り酒をふりかけておく。
- ② レタスは1センチ幅の細切り、セロリは筋をとり斜め薄切りにする。
- ③ 鍋にスープを作り、①のえびを入れてサッと火を通す。
②のレタス、セロリを加えひと煮立ちしたら、
ナンプラーとこしょうで調味し、火を止める。