

# ジャッキー風キムチスープ

これはジャッキー・アレンのオリジナル・レシピです

コツ:韓国産のスパイスを使う事がポイント。他の国のスパイスを使うと同じにできないかもしれないわ。

## 【材料】

豚バラ 120g (未調理のベーコンでも代用可)  
ブラック・ペパー 2つまみ分  
ごま油(又は植物油) 小さじ1/2  
キムチ(又はざく切りのキャベツ)カップで 120cc~240cc 分  
たまねぎ 1/4 個 くし型にスライスしておく  
にんじん(大) 1~2 本 輪切り  
ねぎ 2~3 本 小口切り  
青トウガラシ みじんざり 大さじ1  
水 2 カップと 80cc(念のため余分に 240cc 用意)  
木綿豆腐 1/2 個 6mm くらいの角切り  
枝豆 カップで 120cc 分  
シラントロ トッピング用にきざんだもの 少々

## 【シーズニング・ベース】

(お好みで)味噌 大さじ1(又はコチュジャン 大さじ1)  
チリ・パウダー又はコチュカル(韓国唐辛子) 小さじ1  
しょう油 大さじ3  
にんにく 3かけ みじん切り (又は小さじ1分)  
しょうが すりおろし ひとつまみ分  
ブラック・ペパー 3つまみ分

## 【作り方】

1. 野菜、キムチ(又はキャベツ)と豆腐を上材料表にあるとおり切っておく。
2. 小さいボールに、シーズニング・ベースの材料を入れよく混ぜておく。
3. スープ用の鍋、または大きめのフライパンや中華なべで豚肉を約1分中~強火で炒める。
4. ごま油を入れ、キムチ(又はキャベツ)を強めの中火でよく混ぜながら少し透きとおってくるまで約5~6分炒める。
5. 豆腐以外の野菜の材料をすべてと、シーズニング・ベース、を加えて約1分ソテーしてから、水を入れる。
6. いったん沸騰させる。豚肉に完全に火が通るまで4~5分煮る。この時ふきこぼれないように気をつけてくださいね。
7. ここで味をチェックして、濃いようであれば水を、薄いようであれば調味料のシーズニング・ベースを足してください。
8. 豚肉に火が通れば、弱火にし、豆腐の角切りと枝豆を加えます。
9. 蓋をして、2分煮込みます。最後にそっと混ぜて、味見をします。シラントロをトッピングして炊き立てのご飯と一緒にどうぞ!



© 2009. Allen International Inc. All Rights Reserved.

夢を現実に アレン・インターナショナル <http://www.jackieallen.jp>

レシピの無断での複製・商用利用は禁止します。