冬来たりなばゴッコ汁

エネルギー（1人前）273kcal

【材料2人分】

・ゴッコ（切り身・卵・キモ）	合わせて240g
・コンブ	適量
・ニンジン	40g
・ダイコン	40g
・生のり	20g
・絹ごし豆腐	1/2丁
・長ネギ	500ml
・水	500ml
・料理酒	大さじ1
・みりん	大さじ1
・醤油	小さじ4
・塩	少々

冬来たりなばゴッコ汁

① ニンジンとダイコンをいちょう切り。長ネギをハス切り。豆腐はさいの目切り。
ゴッコは食べやすい大きさに骨ごとぶつ切り。
ぶつ切りにしたゴッコは さっと湯通しするとぬめりがとれます

冬来たりなばゴッコ汁

② 鍋に水とコンブを入れて強火で加熱。
温まったら中火にしてニンジン・ダイコンを入れる。
沸騰する直前でコンブを取り出す。

③ 鍋にゴッコの身を入れ、アクを取ったら、調味料を入れる。

冬来たりなばゴッコ汁

④ 豆腐・長ネギを入れてひと煮立ちさせる。さらにゴッコの卵とキモを入れる。

⑤ 塩で味を調整し、器に盛り付けて、生のりを乗せて完成。