

千葉県のおとう飯

レンジで簡単！クラムチャウダー！



千葉県でよく獲れるアサリを使った
クラムチャウダーだよ。
おいしい千葉の恵みがたっぷり。
家族みんなで召し上がれ！

材料

- アサリ1パック（200g～250g）
- 玉ねぎ 1/2個
- じゃがいも 1個
- ベーコン2枚
- 牛乳 250cc
- 小麦粉 大さじ1
- 顆粒コンソメ 小さじ1
- 塩胡椒 少々

作り方

1. 約50度のお湯にアサリを入れ、殻を強めにこすり合わせるように洗い、15分置いて砂抜きをします
2. 玉ねぎ、じゃがいも、ベーコンを1センチ角に切ります
3. 耐熱容器にアサリ、コンソメ、手順2の材料を入れ、ラップしレンジ600ワットで6分加熱します
4. 別容器に牛乳50ccを入れ、小麦粉を入れてよく混ぜてから手順3に入れ混ぜ合わせます
5. 残りの牛乳と塩胡椒を入れて、全てよく混ぜ合わせたら、フタをせずレンジ600ワットで3分加熱し、一度取り出し混ぜてから、再度レンジ600ワットで3分加熱します
6. 取り出して混ぜ、トロミがつけば完成！



千葉県
マスコットキャラクター
チーバくん