



パンを活用！ 簡単本格クラムチャウダー

パンをお皿代わりにおしゃれなクラムチャウダー♪

クラムチャウダーはあさりの缶詰を使用して簡単に作ります！

材料4人分

<input type="checkbox"/> あさりの水煮缶詰	1缶 (85g)	<input type="checkbox"/> こしょう	適量
<input type="checkbox"/> 玉ねぎ	半分	<input type="checkbox"/> 牛乳	100cc
<input type="checkbox"/> にんじん	1/3	<input type="checkbox"/> にんにく	適量
<input type="checkbox"/> ジャがいも	1個	<input type="checkbox"/> 薄力粉	大さじ1
<input type="checkbox"/> バター	少々	<input type="checkbox"/> 生クリーム	100cc
<input type="checkbox"/> コンソメ	小さじ1	<input type="checkbox"/> ブールパン	1個
<input type="checkbox"/> 塩	適量		

作り方

1. 玉ねぎ、にんじん、ジャがいもを1cm角に切ります
2. ダッチオーブン等の鍋にバターを溶かし、玉ねぎ、にんじん、ジャがいも、にんにくを炒めます
3. 火から遠ざけて、薄力粉を野菜になじませます
4. 水、牛乳、コンソメ、あさりをスープごと加え、**中火**で材料が柔らかくなるまで煮る（時々かき混ぜながら）。
5. 材料が柔らかくなったらスープの完成
6. 味を見て塩こしょうで整える
7. パンの真ん中をナイフでくり抜きます
8. くり抜いたらパンの中身をちぎりながら取り出します
9. クラムチャウダーを注いだら完成です



指導のポイント

- ・あさりの缶詰は、汁を捨てることなく取っておきましょう。クラムチャウダーの味の元となります。
- ・パンをお皿代わりにする際は、外側ができるだけ硬いものを選ぶと良いでしょう。
- ・この他にもレトルトのビーフシチューやコーンポタージュ、コンソメスープの素に好きな具材を入れたスープもおすすめです。



MEMO

元々はアメリカ東海岸の名物料理です。約400年前、アメリカ大陸に上陸した人々が、自給自足のために貝を採集して料理したことが起源と言われています。やがてカウボーイによる牧畜が始まり、牛乳や乳製品を加えておいしくなったといわれています。クラムチャウダーこそアメリカの郷愁の料理といえるでしょう！

体験



知識



カテゴリ



調理時間



人数



費用

