



# 長芋とほうれん草の冷製スープ 塩麴アイスクリーム添え

山内 麗蘭さん

## 作り方

調理時間 60分

スープ .....

- 1 ほうれん草の葉は茹でておく。
- 2 長芋と玉ねぎを薄くスライスし、火にかける。
- 3 火が通ったらほうれん草の葉と牛乳、生クリーム、コンソメと合わせ、粗熱が取れたらミキサーにかける。
- 4 裏ごしし、塩で味を調え冷蔵庫で冷やす。

塩麴アイスクリーム .....

- 5 バニラアイスと塩麴を混ぜ合わせ、冷凍庫で冷やす。

かき揚げ .....

- 6 ほうれん草の茎を3cmに切り、にんじんはほうれん草の大きさに揃えて千切りにし、コーンを加え、打ち粉用の米粉をまぶす。
- 7 卵、米粉、水を混ぜ合わせ天ぷら衣を作り、6と和えて180°Cの油で揚げる。

## 材料(4人分)

### 【スープ】

長芋 ..... 150g  
 玉ねぎ ..... 150g  
 ほうれん草の葉 ..... 約100g  
 牛乳 ..... 280ml  
 生クリーム ..... 20ml  
 コンソメパウダー ..... 1g  
 塩 ..... 適量

### 【塩麴アイスクリーム】

バニラアイス(市販) ..... 200g  
 塩麴 ..... 15g

### 【かき揚げ】

にんじん ..... 50g  
 コーン(缶) ..... 50g  
 ほうれん草の茎 ..... 約50g  
 卵 ..... 1/2個  
 米粉 ..... 90g  
 (天ぷら衣用75g、打ち粉用15g)  
 水 ..... 120ml  
 揚げ油 ..... 適量

## POINT

- バニラアイスは塩麴と混ぜやすくするため常温で少しやわらかくします。
- 色の良いほうれん草の葉はスープに、繊維質な茎の部分はかき揚げに使います。
- スープとアイスを一緒に食べるとデザート風スープになります。