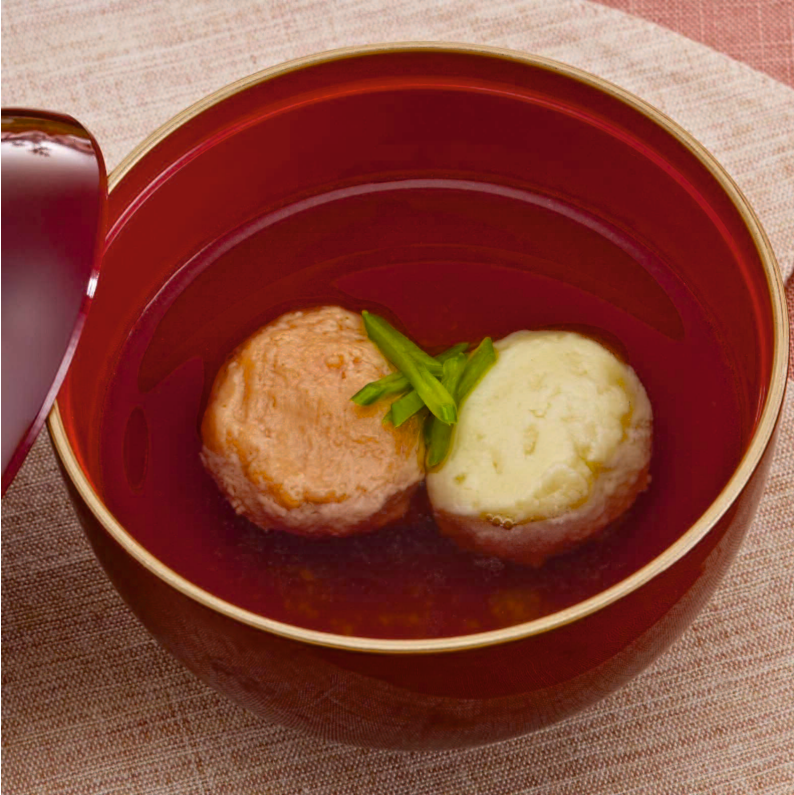


# 「ソフミート」でつくる つみれ汁



## ■材料(25人分)

- ・ソフミート白身魚(たら) 1/2P(250g)
- ・ソフミートさけ 1/2P(250g)
- ・調味料 適量
- ・だし汁 適量

## ■作り方

- ①調味しだし汁を沸騰させ、解凍した「ソフミート」を絞り出しながら箸で切り落とし、つみれを作る。(目安:1個10g×50個)
- ②約5~10分間加熱する。

## ■ポイント

- ・ホイップクリームの絞り袋をイメージすると絞りやすいです。
- ・同様の作り方で、「ソフミートとり」、「ソフミート青魚(さんま)」のつみれ汁もおすすめです。