

# 長いものとろろ汁 (北栄町老連提供)

(4人分)

長いも	200g
卵	1個
しめじ	40g
いりこ出汁	600cc
味噌	30g
青ネギ、ゆず	少々



- ① 長いものを擦りおろし、卵と合わせる。
- ② いりこ出汁を取り、しめじを入れる。
- ③ ②に①を入れて、煮る。
- ④ 最後に青ネギ、ゆずを入れる。

北栄町すいか・長いもマラソンの時、早朝より作り、ランナーへおもてなしの気持ちでふるまわれています。  
また、赤十字奉仕団研修時などのイベントでも作られます。  
各家庭でも簡単に作ることができるので、よく作られています。

