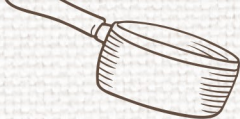


木更津チャウダー

調理時間：約30分



材料（2～4人分）

あさり（砂抜きする）	300g
はまぐり（砂抜きする）	2個
人参（1cmの角切り）	1本
玉ねぎ（1cmの角切り）	1個
ジャガイモ（1cmの角切り）	1個
キャベツ	5分の1個
牛乳	1カップ
水	3カップ
小麦粉	大さじ1
バター	30g
塩、胡椒	少々
生クリーム（38%）	100cc
クラッカー（砕いておく）	3枚ほど
オリーブオイル	少々
イタリアンパセリ	少々
バケットスライス	好みて適量

Point

- *じゃがいもはカットした後、水にさらしません。
- *様子を見て、水分量（水）の微調整を行ってください。
- *はまぐりなしで作る場合は、あさを400gに。
- *①は丁寧にあくを取った後、必ずペーパー濾しを。

作り方

- 鍋に水を入れて、あざりとはまぐりを加え、強火で火を入れる。貝の口が開いてきたら火を止めて、液体と貝類を分けながらペーパー濾しをする。
- 別鍋にバターをしき、火にかける。そこに野菜を硬い順（人参、たまねぎ、じゃがいも、キャベツ）に加え軽く炒める。
- そこへ小麦粉をふりかけまんべんなく炒め、少し弱火にする。先程の貝の煮汁を少しずつ加えていく。次に貝類も加え、牛乳と生クリームを加え、15分煮る。
- 15分煮たら味をととのえ、砕いたクラッカーを加えよく混ぜる。
- 皿に盛り付け、仕上げにオリーブオイルをかけ、イタリアンパセリを振りかけて完成。

