

07 具だくさん汁



*面倒な時は、ささがきにしたごぼうを購入すると便利です。
*他にも、家にある野菜を使うといいよ。

Recipe

●材料(4人分)

ごぼう	1/3～1/4本
大根	10cmくらい
人参	1/2本
生しいたけ	2枚
油揚げ	1枚
太ねぎ	10cm
中みそ	大さじ2
だし汁	3カップ

●作り方

- ① ごぼうはささがき、太ねぎは小口切りにし、他の材料は食べやすい大きさに切る。
- ② ごぼう、大根、人参をだし汁で煮る。
- ③ さらに生しいたけ、油揚げを加えて煮る。
- ④ みそを溶き入れ、太ねぎを加えて仕上げる。