

もやしと豚肉のスープ



材料 (2人分)

豚肉	100g
ごま油	小さじ2
水	2カップ
固形コンソメ	1個
もやし	1/2袋
ニラ	1/2束
しょうゆ	小さじ1
ラー油	少々
ごま	少々



作り方

- ①もやしは洗っておく。
ニラも洗い、4~5cm長さに切る。
- ②鍋にごま油を入れて火にかけ、豚肉を入れて炒める。
- ③豚肉に火が通ったら、水と固形コンソメを入れ、アクを取り除く。
- ④もやしとニラを入れてひと煮立ちさせ、しょうゆとラー油で味を整える。
- ⑤器に盛って、ごまをトッピング。

*しょうゆの代わりに味噌味にしたり、コンソメの代わりに中華風だしの素でもおいしいでしょう。