

定番のみそ汁

だし汁は市販の和風だしの素を利用しよう

雷豆腐汁

材料(4人分)

- ・木綿豆腐..... 1丁
- ・ごま油.....大さじ2
- ・だし汁..... 3カップ
- ・みそ.....大さじ3
- ・ねぎ.....適量

作り方

木綿豆腐は水きりし、手でつかんでざっとくずす。
ごま油で を手早く炒める。
だし汁を煮立て、みそを溶いてを加え、ひと煮立ちさせる。
ねぎの小口切りを散らす。

ちくわと三つ葉のみそ汁

材料(4人分)

- ・焼きちくわ(小)..... 4本
- ・三つ葉.....適量
- ・だし汁..... 3カップ
- ・みそ.....大さじ3

作り方

焼きちくわは小口切りに、三つ葉はざく切りにする。
だしを煮立ててみそを溶き、ちくわを加える。ひと煮したら三つ葉を加えて火を止める。

大根と油揚げのみそ汁

材料(4人分)

- ・大根..... 200g
- ・油揚げ..... 1枚
- ・だし汁..... 3 $\frac{1}{2}$ カップ
- ・みそ.....大さじ3

作り方

大根はせん切りにし、油揚げは湯通してせん切りに。
大根の葉少量をざく切りにする。
鍋にだし汁と を入れて煮、みそを溶き入れ、 を加えてひと煮する。

豆腐と貝割れ大根のみそ汁

材料(4人分)

- ・豆腐..... 1丁
- ・貝割れ大根..... $\frac{1}{2}$ パック
- ・だし汁..... 3 $\frac{1}{2}$ カップ
- ・みそ.....大さじ3

作り方

豆腐はさいの目に切り、貝割れ大根は根を落とす。
だし汁を火にかけて、みそを溶き豆腐を加えてひと煮し、貝割れ大根を加えて火を止める。