



味噌汁

材料(2人前)

水	250ml	油揚げ	1/2枚
味噌	25g	大根	50g
みりん	大さじ1	小松菜	1株(30g)

作り方

- ①油揚げは縦半分に切って5mm幅に切る。大根は短冊に切る。小松菜は根元を切り3cm幅に切る。
- ②鍋に水と大根、油揚げ、みりんを入れて火にかける。大根が柔らかくなるまで煮る。
- ③小松菜を加え、ひと煮立ちしたら火を止めて、味噌を溶き入れる。

*みりんは味の浸透をよくし、また野菜の旨みを引き出すので、出汁がなくても美味しい味噌汁ができます。

素材の旨みを引き出すために最初からみりんを加えて煮ます。

*みりんを入れると、穏やかな甘味で味噌の塩味をマイルドにし、やさしい味に仕上がります。

*味噌汁は煮立たせるとせっかくの風味が飛んでしまいます。火を止めてから丁寧に溶き入れます。

