

なばなのみそ汁



<材料>

なばな 80g もやし 100g 白ごま適量
ごま油 大さじ2 豆板醤 小さじ2 上高地みそ 20g

<<調味料D>>

水 600cc 鶏がらスープの素 小さじ2

【作り方】

- ① なばなは固い部分を切り落として3㎝長さに切る。
- ② フライパン（24㎝深）にごま油と豆板醤を入れて軽く炒める。
- ③ ②になばな、もやしを加えて炒める。
- ④ ③に調味料Dを加えて煮る。
- ⑤ 煮立ってきたら上高地みそで調味する。
- ⑥ 器に盛って、白ごまをちらす。

