

どさんこ汁

<材料> 子ども4人分

じゃが芋	大2個
玉ねぎ	1/2個
人参	1/3本
もやし	1/2袋
生姜(すりおろし)	小さじ1
にんにく(すりおろし)	小さじ1/2
葉ねぎ	適量
みそ	大さじ1
煮干し昆布だし	400cc

(作り方)

- ① じゃが芋は乱切りにして、水にさらしておく。
- ② 玉ねぎはくし型に切り、人参はいちょう切りにする。
- ③ 葉ねぎは小口切りにする。
- ④ 生姜、にんにくはすりおろしておく。
- ⑤ 鍋に煮干し昆布だしと①、②の材料を入れて柔らかくなるまで煮る。
- ⑥ もやし、生姜、にんにくを順に加えて煮る。
- ⑦ ⑥にみそを入れて味を整え、仕上げに③を入れる。