



<材料> 子ども4人分

さつまいも	1/2本(80g)
白菜	40g
人参	1/5本(20g)
だし汁	480cc
醤油	小さじ1
塩	1.2g
パセリ	少々

(作り方)

- ① さつまいもは1cm角の角切り、人参はいちょう切り、白菜は5mm幅に切る。パセリはみじん切りにする。
- ② 鍋にだし汁・さつまいも・白菜・人参を入れて煮る。
- ③ 具材に火が通ったら醤油と塩で味付けをする。
- ④ 仕上げにパセリを入れる。