

きな粉のみそ汁

～きな粉の香ばしさでみその量を減らしてもおいしく飲めます～

作り方

- ① 小松菜は3センチ長さに切る。
じゃがいもは皮をむき1センチ厚さの半月切りにする。
まいたけは小房に分ける。
- ② 鍋にだし汁、じゃがいもを入れて中火にかける。
- ③ じゃがいもが柔らかくなったら小松菜の茎、まいたけを入れる。
- ④ 茎に火が通ったら小松菜の葉を入れ、味噌、きな粉を加えてよく混ぜる。
- ⑤ ひと煮立ちしたら火を止め、器に盛り付ける。



1人分 41kcal
塩分 0.7g

材 料（4人分）

小松菜	120g
じゃがいも	120g
まいたけ	60g
だし汁	520mL
味噌	大さじ1
きな粉	大さじ1