



# けんちん汁

調理時間 /

20  
min

## 材料（2～3人分）

|       |       |
|-------|-------|
| ごぼう   | 1/2本  |
| 大根    | 1/4本  |
| にんじん  | 1/2本  |
| 小松菜   | 2束    |
| 長ネギ   | 1本    |
| 里芋    | 3個    |
| しめじ   | 1/2房  |
| こんにゃく | 1/2枚  |
| 油揚げ   | 1枚    |
| しいたけ  | 2枚    |
| 豆腐    | 1丁    |
| ◆水    | 500mL |
| ◆だしの素 | 小さじ2  |
| みそ    | 大さじ2  |
| しょうゆ  | 大さじ2  |

## 作り方

- ① ごぼうはさがき、大根・にんじんはいちょう切り、小松菜はざく切り、長ネギは斜め切り、里芋は1cmの厚さに切り、しめじは小房に。こんにゃく・油揚げは短冊切り、しいたけは石突を取り薄切りにする。
- ② 鍋に油（分量外）を熱し、①を入れて炒める。
- ③ ◆を加えて、野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ④ 豆腐を手でちぎって入れ、みそ・しょうゆで味を調える。

豚肉をいれて豚汁にも♪