

豆乳味噌スープ

材料

人参	40g
ぶなしめじ	40g
たまねぎ	60g
油揚げ	20g
無調整豆乳	100g
味噌	20g
煮干しだし	300g
ねぎ	12g

作り方

- 1 鍋に煮干しだしを沸かし
人参・たまねぎ・油揚げ・ぶなしめじ
を入れて煮る。
- 2 具が煮えたら味噌・豆乳を入れ
味をととのえる。
- 3 最後にねぎを散らしたらできあがり。

