

# かみない汁

## (材料 4人分)

- ・ 木綿豆腐 1/2丁
- ・ ごま油 小さじ1
- ・ ごぼう 1/5本
- ・ だいこん 3cm程度
- ・ にんじん 1/5本
- ・ さといも 中1個
- ・ ねぎ 1/4本
- ・ 水 400ml
- ・ 和風だしの素 小さじ1
- ・ しょうゆ 大さじ1/2
- ・ 薄口しょうゆ 大さじ1
- ・ 塩 少々



## (作り方)

- ① だいこん、にんじん、さといもは皮をむいて0.5cm幅のいちょう切りにする。
- ② ごぼうは皮をこそげ取り、ささがきにする。ねぎは小口切りにする。
- ③ 鍋にごま油をひいて熱し、木綿豆腐を入れてくずしながらいためる。  
油が全体に回ってきたら、ごぼうを加え、さらにいためる。
- ④ 水を入れ、だいこん、にんじん、さといも、和風だしの素を入れる。
- ⑤ 材料に火が通ったら、ねぎを入れ、しょうゆ、薄口しょうゆ、塩を加えて味をととのえる。