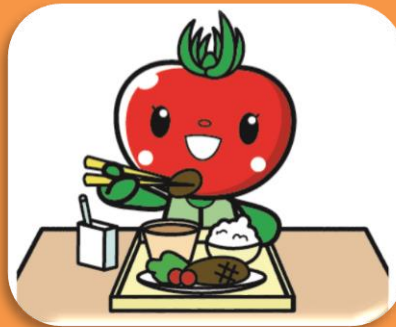


給食メニューをおうちで作ろう！！

給食で提供している料理をご家庭で簡単に作れるようにアレンジして紹介します。

みそキムチスープ



<材料 4人分>

豚もも肉	50g	小間切り
人参	1/4本	いちょう切り
キャベツ	葉2枚程度	短冊切り
小ねぎ	40g	小口切り
キムチ	20g	
木綿豆腐	1/3丁	1.5cmさいの目切り
だし汁	600cc	
みそ	大さじ2	
油	大さじ1	
ごま油	大さじ1/2	



<作り方>



- ① だし汁をとっておく。
※市販の顆粒だしの素やつゆの素、だしパックを利用してもOKです。
- ② 鍋に油を入れて熱し、肉、人参の順に炒める。



③ だし汁を入れ、アクをとりながら煮る。

④ キャベツ、キムチを入れて煮る。キャベツがやわらかくなってきたら、豆腐を入れる。

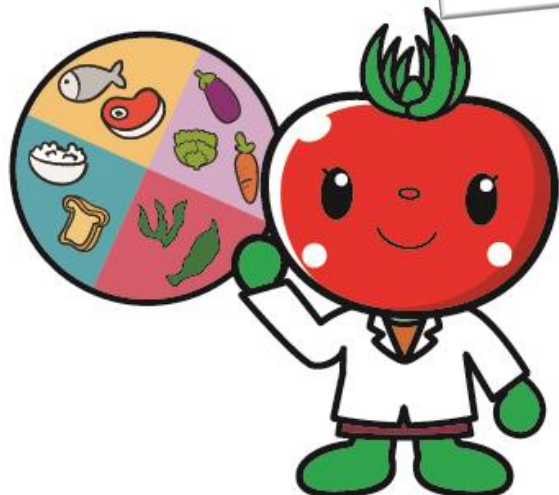


⑤ みそを溶き入れ、ひと煮たちしたら、小ねぎを入れる。

⑥ ごま油をまわし入れる。



できあがり！



暑い日も食べやすい、ピリ辛味のスープです。市販のキムチは商品によって辛さが異なるので、ご家庭で量を調整してください。