

～＊～味噌汁(白菜)～＊～

<材料 4人分>

白菜……120g

にんじん…40g

玉ねぎ…80g

油揚げ…20g

葉ねぎ…20g

乾燥わかめ…少々

味噌……大さじ4

煮干しだし汁・500cc

<作り方>

- ①白菜、玉ねぎ、油揚げは短冊切り、にんじんは細千切り、葉ねぎは小口切りに切る。
- ②煮干しでだし汁をとる。
- ③にんじん、玉ねぎを入れ、野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ④油抜きした油揚げ、白菜を入れ、煮る。
- ⑤食材が柔らかくなったら、味噌をだし汁で溶いてから入れる。
- ⑥乾燥わかめ、葱を入れて火を止める。

※味噌汁は、いつも大人気です。

おいしい味噌汁の作り方は、味噌を入れてから沸騰させないことです。

沸騰させてしまうと、味噌の香りが飛んでしまうからです。

給食では、地元の業者さんの、赤みそと白みそを混ぜた合わせみそを使っています。

