

## \* ごぼうの味噌汁 \*



### 材料 (2人分)

ごぼう：60g  
にんじん：30g  
小松菜：30g  
だし汁：300ml  
みそ：小さじ2・1/2

### 栄養価

エネルギー：45kcal 塩分：1.1g

### 作り方

- ① ごぼうとにんじんはさがきにする。
- ② 小松菜は3cm長さに切る。
- ③ 鍋にだし汁とごぼうを入れて火にかける。
- ④ にんじん、小松菜の順に加えて煮る。
- ⑤ 野菜が煮えたら、みそを溶き入れ、火を止める。

### ポイント

ごぼうの風味がおいしい野菜たっぷりの味噌汁です。