

* ごまキムチ汁 *

<材料 4人分>

豚もも肉（薄切り）	80g
白菜キムチ	50g
大根	80g
さといも	2こ
にんじん	1/4本
油あげ	1/3枚
とうふ	1/4丁
ねぎ	20g
サラダ油	少々
みそ	大さじ2
酒	小さじ1
いりごま	小さじ2
ごま油	少々
水	4. 5カップ
かつおぶし	20g



<作り方>

- ① 豚肉は2cm幅に切る。大根、にんじんはいちょう切りにする。さといもは食べやすい大きさの乱切りにする。油あげは油ぬきをし、薄切りにする。とうふは角切り、ねぎは小口切りにする。
- ② かつおぶしでだしをとっておく。
- ③ なべにサラダ油を少し入れ、豚肉を炒め、野菜も炒める。
- ④ だし汁を加えて煮る。
- ⑤ 野菜が煮えたら、油あげ、とうふ、キムチ、酒を加えてひと煮立ちさせ、みそを入れて味をととのえる。
- ⑥ ごま油、いりごまを加え、ねぎを散らす。

具だくさんのみそ汁です。さといもが無い季節には、他の具材に変えてもOKです。こんにゃくを追加してもおいしいですよ。キムチの量はお好みで調節してください。

