

野木町地産地消メニュー



⑦⑥ 長ねぎと小松菜のみそ汁



調理時間 10～15分

小松菜はアク抜きの必要がないので、手間が掛かりません。お好みで豆腐などを入れても美味しいです。ご家庭の定番みそ汁にどうぞ。

食材の旬

長ネギ 11月～3月

小松菜 11月～2月

【材料】

長ねぎ	1/2本
小松菜	100g
乾燥わかめ	2g
みそ(だし入り)	大さじ1
水	350ml

【作り方】

- ① 長ねぎは小口切り、小松菜は3～4cm長さに切る。
- ② 鍋に分量の水と小松菜の茎の部分を入れ煮る。煮立ったら長ねぎと小松菜の葉の部分を入れ煮る。みそを溶き入れ出来上がり。

～ひとくちメモ～

みそは風味が飛ぶのを防ぐ為、沸騰させないようにしてください。