

『 けんちん豚汁 』

材料(6人分)

ゴボウ	1 本
だし汁	6 カツ
豚バラ薄切り肉	200 g
にんじん	1 / 2 本
大根	10 cm
里芋	4 個
長ネギ	1 本
こんにゃく	1 / 2 枚
油揚げ	1 枚
木綿豆腐	1 / 2 丁
みそしょう油	大さじ 4
七味唐辛子	



作り方

- ① ゴボウは皮をこすり洗いして一口大の乱切りにして鍋にかける。ふたをしてごく弱火で、ごぼうが柔らかくなるまで30分程煮る。
- ② 豚肉は3cm長さに切る。にんじんと大根は皮をむいて1cm厚さのちよう切りにする。里芋は皮をむいて1cm厚さの半月切りにし、長ネギは2cm長さに切る。こんにゃくはスプーンで一口大にちぎり、油揚げは縦半分に切って1cm幅に、木綿豆腐は2cm角に切る。
- ③ ①に豚肉、にんじん、大根、こんにゃく、油揚げを加えて5分ほど煮て、里芋と長ネギも加えて煮る。
- ④ 里芋に火が通ったらみそを溶き入れ、豆腐を加えて火を止める。仕上げにコシヨウを振る。
- ⑤ 椀に盛り、好みで七味唐辛子適量をふる。