

# ～とうがんと里芋の豚汁～



## 材料（4人分）



とうがん 1/4個  
里芋 4個  
豚肉 100g  
こんにゃく 100g  
にんじん 1/4本  
油あげ 1枚  
ごま油 大1  
だし汁 750ml  
味噌 大2  
ねぎ 適量

## 作り方

- ① とうがん 里芋は薄切り、にんじんは3mmのちょう切り  
油あげとこんにゃくは短冊切りにします
- ② 豚肉はひとくち大に切ります
- ③ 中火に熱した鍋にごま油を入れ、豚肉をいためます
- ④ 豚肉の色が変わったら、①を入れて炒めてだし汁を加えます
- ⑤ あくをとって野菜に火が通ったら火を止めて味噌を溶かし  
沸騰直前まで加熱します
- ⑥ 盛り付けて、ねぎ（小口切り）を加えて完成です

