

つくってみませんか？

子どもたちの好きな豚汁にキムチを入れました

<キムチ豚汁>

材料(4人分)

豚もも肉(小間切り)	...	100g
にんじん(いちょう切り)	...	40g
だいこん(いちょう切り)	...	80g
じゃがいも(厚いちょう)	...	100g
こんにゃく(短冊)	...	50g
はくさいキムチ(1cm)	...	50g
豆腐(さいのめ)	...	100g
ねぎ(小口切り)	...	50g
煮干し(だし用)	...	10g
だし昆布	...	少し
白みそ	...	大さじ1
赤みそ	...	大さじ1
ごま油	...	小さじ1
水	...	600ml



作り方

- ① 水の中に煮干しと昆布を入れて、弱火で煮出し、だしをとる。
- ② ごま油で豚肉を炒める。
- ③ にんじん、だいこん、こんにゃく、じゃがいもを炒め、だし汁を加えて煮る。途中で豆腐、キムチを加える。
- ④ 具材が煮えたらねぎを加え、みそで調味して完成。

