

レシピ紹介

# 『 夏野菜の豚汁 』



## 【材料】

- ・豚バラ（豚バラのこま）・・・5g
- ・モロヘイヤ・・・・・・・・・・10g
- ・オクラ・・・・・・・・・・7g
- ・人参・・・・・・・・・・10g
- ・ネギ・・・・・・・・・・3g
- ・だし汁
- ・みそ

## ★作り方★

- ① オクラ、モロヘイヤは茹でてから食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋で豚バラを炒める。火が通ったらネギ（小口切り）人参（いちょう切り）も加えて、だし汁で炒める。
- ③ 野菜が柔らかくなったら味噌を加え、味を整える。
- ④ 最後に①のオクラ、モロヘイヤをお加える。

