

みそバターもやし汁

対象

どなたでも



エネルギー

108
kcal

塩分

1.6
g

野菜量

100
g

材料【2人分】

もやし 1袋
カットわかめ 少々
ごま油 小さじ2
水 400ml
鶏がらスープの素 小さじ1
みそ 小さじ4
バター 適宜
好みでラー油

作り方

- 1) わかめは水でもどしておく。
- 2) 鍋にごま油を熱してもやしをさっと炒め、水と鶏がらスープの素を入れる。
- 3) ひと煮立ちしたらみそをとき入れて器に盛り、わかめとバターをのせる。
好みでラー油をかけていただく。

Cooking Point!

- ・みそバターラーメンをイメージしました。
- ・手軽にすぐできます。
- ・体が温まり、懐にも温かいみそ汁です。

