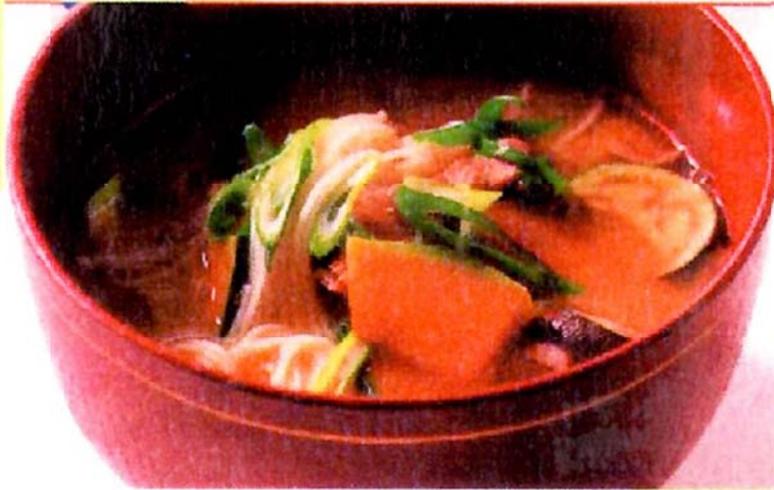


かぼちゃとそうめんのみそ汁



【材料】（4人分）

かぼちゃ	100 g
なす	1/2 本
そうめん	1 束
豚肉（薄切り）	60 g
（または油揚げ）	1/2 枚
青ネギ	1 本
だし汁	4 カップ
調味料	
A { みそ	60 g
しょうゆ	小さじ 1/2

【作り方】

- ①かぼちゃは種とワタを取り、一口大の厚さ 5 mmに切り、なすは半月形の薄切りにして、豚肉は小口切りにする。（油揚げなら細切り）青ネギは斜め細切り、そうめんは茹でておく。
 - ②鍋にだし汁を煮立て、かぼちゃを加えて柔らかくなるまで煮る。
 - ③②をAで味付けし、豚肉（または油揚げ）、なすを入れてそうめんを加える。
 - ④③に青ネギを加えて出来上がり。
- ※お好みで七味唐辛子を加えてもよい。