

# おすすめレシピ

## ●新玉ねぎのみそ汁

新玉ねぎは柔らかくて甘みがあります。

すぐに作れるので、朝ごはんにもおすすめです！

材料 4人分

ざい 材	りょう 料	ゆい 名	ぶん 分	りょう 量	き 切 り 方 な ど
新たまねぎ			1/2コ		8ミリはばのくし切り
油あげ			1/3枚		5ミリはばの短冊切り
乾燥わかめ			2g		
にぼし			12g		
みそ			30g		

1 にぼしははらわたをとる。

なべに水800mlを入れ、にぼしを20分くらいつけておく。



2 玉ねぎ、油揚げを切る。

3 なべを火にかけ、ふっとうしたら弱火にしてにぼしを取り出す。

4 3に、玉ねぎと油揚げを入れて煮る。

5 玉ねぎが柔らかくなったら、みそをとき入れる。



さいごに乾燥わかめを入れたら出来上り。

