

学校給食の人気メニューをつくってみよう！

# みそにゅうめん

## <材料> (4人分)

- ・そうめん(1/2束)
- ・大根(5cm)
- ・玉ねぎ(中1個)
- ・人参(5cm)
- ・油揚げ(1/3枚)
- ・青ねぎ(少々)
- ・みそ(大さじ4)
- ・だし汁(600~700cc)



## <作り方>

- ① そうめんを2等分または3等分に折り、茹でておく。
- ② 大根・人参を千切りにし、玉ねぎ・油揚げは細切りに、青ねぎは小口切りにしておく。
- ③ だし汁が沸騰したら、②の大根・人参・玉ねぎを入れる。
- ④ ③が沸騰したら火を止め、みそ、油揚げ、青ねぎを入れる。
- ⑤ みそを溶かしながら弱火で5分程度、沸騰しないように様子を見ながら火を通す。

