



野菜しっかり甘酒豚汁



## 野菜しっかり甘酒豚汁

エネルギー 172kcal  
(1人分あたり)

### 【材料2人分】

- ・ 豚もも肉 60g
- ・ キャベツ 2枚
- ・ しめじ 1/2袋
- ・ 小揚げ 1枚
- ・ 長ねぎ 1/2本
- ・ 白すりごま お好み

### 【調味料】

- ・ 甘酒 130ml
- ・ だし汁 (顆粒) 300ml
- ・ 生姜 20g
- ・ 味噌 14g

# 野菜しっかり甘酒豚汁

---

① だし汁（顆粒や昆布など）をつくる。

② だし汁をすこし使って味噌を溶いておく。



# 野菜しっかり甘酒豚汁

③ 具を食べやすい大きさに切り分ける。

豚肉 5cm幅



キャベツ ザク切り



しめじ



小揚げ 5mm幅



長ネギ 斜め切り



生姜 針生姜



# 野菜しっかり甘酒豚汁

④ 甘酒・だし汁を入れた鍋に、  
豚肉・キャベツ・小揚げ・長ネギを加える。  
強火でひと煮立ちさせたら、中火で煮込む。



⑤ 溶いた味噌を鍋に入れる。  
お椀に盛り付けて、針生姜・すりゴマを載せて完成。

