



あさりのみそ汁

子どもたちに食べてほしいメニュー

🍴 材料（4人分）

冷凍あさり（むき身）	80 g
酒	8 g
豆腐	80 g
ねぎ	40 g
カットわかめ	2 g
みそ	大さじ1と1/2
だし汁	720 g

🍴 作り方

- 1 豆腐はさいの目切り、ねぎは小口切りにする
- 2 だし汁と酒、あさりを入れて火にかける。
- 3 沸騰したら豆腐を入れて煮る。
- 4 みそをといて入れる。
- 5 最後にカットわかめとねぎを入れる。