


料理名		準備時間	調理時間	分量
おやどり味噌汁		10分	15分	2人分
	1		大根・人参をイチヨウ形(厚さ2mm)に切る。 大根は、水気を抜いておく。	
	2		ゴボウを「ささがき」にして、水にさらしてアクを抜く。	
	3		鍋にゴマ油を敷き、人参を炒める。	
	4		人参に軽く火が通ったら、肉を入れて炒める。	
	5		肉に火が通ったら、鍋に水を入れる。 大根・ゴボウを入れ、みりんを加えて煮込む。	
	6		大根に熱が通ったら、味噌を加える。 味噌が溶け込んだら、火を止めて完成。	
	7			
材料				
モモ肉スライス…200g 大根… 1/2本 人参… 1本 ゴボウ… 1本		赤味噌… 大さじ2 みりん… 大さじ2 ゴマ油… 少々 水… 500cc		
調理のポイント				