

みぞれのさっぱりした胃にやさしいスープ

白菜のみぞれスープ

お客さまの
ご要望にお応えした!
ヘルシー料理



Emi full
エミフル従業員
おすすめ
メニュー

■材料〈4人分〉

ベーコン	4枚
はくさい	大きめ2枚
生しいたけ	4枚
だいこん	1/2本
にんじん	40g
だし汁	700ml
酒	小さじ2
うす口しょうゆ	小さじ2
塩	小さじ1/4

■作り方…調理時間約15分

- ①ベーコンは1cm幅に切る。
- ②はくさいの芯・にんじんは短冊切り、はくさいの葉の部分は2cm角、生しいたけはスライスする。
- ③だいこんはすりおろして、軽く水気を切る。
- ④鍋にだし汁・酒・うす口しょうゆ・塩を入れて、煮立てる。
- ⑤④に①・②を入れて煮て、軟らかくなれば③を入れてひと煮立ちさせ、味を調える。

1人あたり: 108kcal



- ・大根おろしの水の切り具合で、味が変わるので、調整をしてください。
- ・水溶性片栗粉でとろみをつけたり、しょうが汁を入れたりするのも体が温まりおすすめです。
- ・お好みで、ごま油を入れても香りがよくなります。

この街に、あってよかった。

