

毎日食べても飽きない味。

川俣菜の味噌汁

採れたて

子供向け

大人向け

材料 (4人分)

川俣菜	2束分
豆腐	1丁
油揚げ	2枚
水	4カップ
粉末だし	小さじ1
味噌	大さじ2・1/2



採れたての川俣菜はとても大きいので、茎と葉にわけて茹でておくと、いろいろな料理に使えて便利です。

茎はシャキシャキ食感を生かした料理に。葉は汁物などに使いましょう。

作り方

- 1 川俣菜は良く洗い、茎と葉の部分を切り分け、茎は3分ほど。葉は1分ほど下茹でし、5cm程度に切りそろえる。
- 2 油揚げは熱湯で油抜きし、1cmの短冊切りに。豆腐は2cm角に切りそろえる。
- 3 鍋に水を入れ、①の川俣菜と②を入れ、沸騰したら粉末だしを入れ、全体に火が通ったら、味噌を入れて完成。

