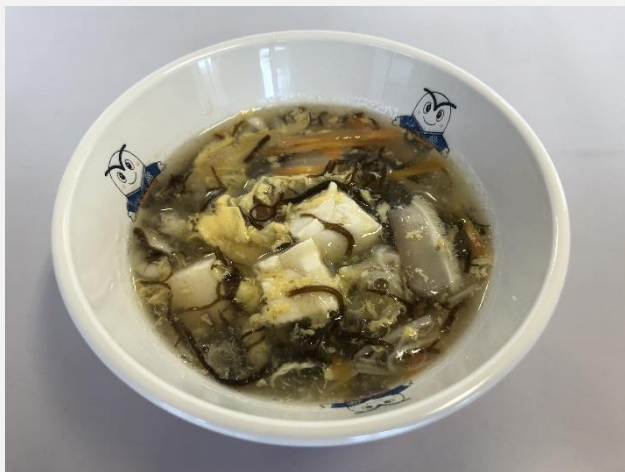


# 【もずくスープ】

## ●材料（4人分）

固形もずくスープの素・・・4袋  
豆腐・・・100g  
えのきたけ・・・1/2パック  
干ししいたけ・・・2枚分  
にんじん・・・1/5本  
長ねぎ・・・1/5本  
卵・・・1個  
水・・・4カップ



## ●作り方

- ①豆腐はさいの目に切る。
- ②えのきたけは半分の長さに切り、干ししいたけは細切り（スライスしたもので可）、にんじんは千切りにする。長ねぎは小口切りにする。
- ③鍋に水、にんじん、干ししいたけを入れて火にかけて、柔らかくなったら、えのきたけ、長ねぎを入れる。
- ④野菜に火が通ったら、豆腐を加えてひと煮立ちさせて固形のもずくスープの素を入れる。
- ⑤溶き卵を入れて仕上げる。

### 【料理について】

固形スープの素でもおいしく簡単に作ることができます。