

トックと若布のスープ(4人分)

<材料>

生若布	160 g
チンゲン菜	80 g
長ねぎ	40 g
人参	200 g
トック	40 g

しょうゆ (小さじ2)	12 g
塩	少々
コショウ	少々
だし汁	400ml
ごま油 (小さじ1)	4 g

<作り方>

- ①だし汁に野菜とトックを入れます。
- ②しょうゆ、塩、コショウで味付けします。
- ③ごま油を入れ、風味をつけます。

