

しゅんぎく とうふ 春菊と豆腐のスープ



ざいりょう にんぷん 材料【4～5人分】

しゅんぎく 春菊	80g	うすくちしょうゆ 淡口醤油	おお 大さじ2	A
とうふ 豆腐	ちよう 1丁	さけ 酒	おお 大さじ1	
ぶたにく 豚肉	80g	おろししょうが おろし生姜	しょうしょう 少々	
たま 玉ねぎ	ちゆう 中 1/2個	しお 塩	こ 小さじ1	
にんじん 人参	ちゆう 中 1/4本	こしょう こしょう	しょうしょう 少々	
とうもろこし	しょう 小 1/4缶	かたくりこ 片栗粉	おお 大さじ2	
		けずりぶし	てきりよう 適量	

つく かた ～ 作り方 ～

- ① けずりぶしでだしをとっておく。
- ② しゅんぎく、ぶたにく、たま、おほ、にんじん、せんぎ、とうふ、くちだい
春菊 と豚肉は食べやすい大きさに、玉ねぎはスライス、人参は千切り、豆腐はひと口大に
き、みず、き
切り、とうもろこしは水を切っておく。
- ③ ①ににんじん、たま、ぶたにく、とうふ、い、に、こ
①に人参、玉ねぎ、豚肉、とうもろこし、豆腐を入れ煮込む。
- ④ しゅんぎく、ちようみりよう、みずと、かたくりこ、じゅん、くわ、し、あ
④に春菊、調味料 A、水溶きした片栗粉の順に加えて仕上げる。



しゅんぎく、がつ、がつ、しゅん、やさい
春菊は、11月～2月が旬の野菜です。
はる、はな、さ、なまえ
春に花が咲くことから、その名前がついたと
いわれています。