



# 豚汁・焼きなす

2016年もあと少し。今年も沢山の料理を作りましたね。今回は年の最後にふさわしく(?)「豚汁・焼きなす」を作りました。簡単で美味しく栄養も満点なので、ぜひ作ってくださいね。

## ワンポイントアドバイス

皆さんの家では豚汁に何を入れますか? しいたけやごぼう、サツマイモ、こんにゃくなど沢山の種類を入れて、美味しく食べましょう。

## 材料 2~3人分

### 【豚汁】

・豚バラ肉	100g	・味噌	適量
・にんじん	1/2本	・だし	適量
・じゃがいも	2個	・水	お椀×人数分
・里芋	大3個		
・大根	1/6本		

### 【焼きなす】

・なす	1本
・油	大さじ1杯
・ポン酢	適量
・しょうが	適量



次回のお手軽料理は「鍋」を作るよ! お楽しみに☆



## 作り方

- ①大根・にんじんはいちょう切り、じゃがいも・里芋は1cm位の厚さで切ります
- ②肉は一口大に切ります
- ③鍋に水・具材を入れ柔らかくなるまで煮ます
- ④具材が柔らかくなったらだしと味噌を入れて味を整えます

### 【焼きなすの作り方】

- ① なすを縦に4等分にして、皮に切れ込みを入れます
- ② フライパンに油を入れ、両面を焼きます
- ③ 火が通ったら、ポン酢としょうがを盛り付けて出来上がり

