



もずくとえのきのつるんとした食感と、ごま油の香りがマッチ！豚肉も入っているので出汁もしっかり出ます。食べるとどんどん元気が湧いてくるスープです。

## もずくと豚肉 えのきスープ

### 材料

豚バラ 100g  
もずく 1パック  
えのき 1/2袋  
青ネギ 2本

出汁汁 適量  
ごま油 大さじ1  
醤油 大さじ1～  
塩・胡椒 少々

### 作り方

1. 出汁汁を用意しておく。\*だしの取り方参照
2. 豚バラ・もずくは一口サイズに切る。えのきは根元を切り落とし、2cmほどの長さに切る。青ネギは小口切りにする。
3. 1に豚バラを加えてほぼ色が変わったら、もずくとえのきを加える。醤油・塩胡椒・ごま油を加えて味を整えて完成。最後に青ネギを散らす。
4. 食感を楽しむため、煮込みすぎないのがポイント。出来上がったらすぐ食べるとおいしい。