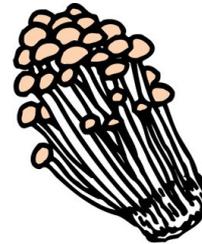


キノコとふのりの味噌汁

材料（2人分）

えのき	1/2袋
ふのり（乾）	ふたつまみ
味噌	大さじ2
だし汁	320ml



1. えのきは根元を切り落とし3cmくらいに切る。
2. ふのりはざるに入れて流水で洗いながら戻し、水気をきる。
3. 鍋に水を入れ沸騰したらエノキを入れ煮て、煮えたらふのりを加えてひと煮たちさせ、味噌を溶き入れる。