

## ♡ 豆腐とわかめのお吸い物

55kcal



### 材料(2人分)

豆腐…100g  
塩蔵わかめ…10g  
かまぼこ…2切れ  
だし汁…400cc

### 【A】

酒…大さじ1  
醤油…小さじ1/4  
塩…少々

### 作り方

- 1 豆腐は1cmの角切り、塩蔵わかめは水洗いをして食べやすい大きさに切る。
- 2 鍋にだし汁を入れて沸騰しないように温め【A】と1を加えて軽くひと煮したら火を止める。
- 3 お椀にかまぼこを敷き、2を注ぐ。