

## ♡ くずし豆腐の生姜スープ

33kcal



### 材料(2人分)

豆腐…1/4丁  
えのき茸…1/2袋  
生姜(すりおろす)…小さじ1/2

### 【A】

水…400ml  
鶏ガラスープの素…小さじ1  
醤油…小さじ1  
酒…小さじ1/2

### 作り方

- 1 豆腐は軽く水切りし、えのき茸は食べやすい長さに切る。
- 2 鍋に【A】とえのき茸を入れて煮立たせ、豆腐を手でくずしながら加える。ひと煮立ちしたら火を止めて生姜を加える。