

## ♥ なすとみょうがのお味噌汁

34kcal



### 材料(2人分)

なす…1本  
みょうが…2個

だし汁…300ml  
味噌…大さじ1

### 作り方

- 1 なすはへたを取って縦半分に切り、約5mmの斜め薄切りにする。みょうがも縦半分に切り、約5mmの斜め薄切りに。
- 2 鍋にだし汁を入れて煮立ったらなすを加える。
- 3 火が通ったら弱火にして、味噌を溶き入れてみょうがを加え、ひと煮立ちさせる。