

♥ 豆腐と三つ葉のやさしいお吸い物

61kcal



材料(2人分)

豆腐…1/4丁
三つ葉…2茎
麩…適量
だし汁…400ml

【A】

酒…大さじ1
みりん…大さじ1
塩…少々

作り方

- 1 豆腐は1cm角、三つ葉はざく切りにする。
- 2 麩は水で柔らかく戻してから水気を絞っておく。
- 3 鍋にだし汁と【A】を煮立て、豆腐と麩を加えてひと煮したら、三つ葉を加えて火を止める。