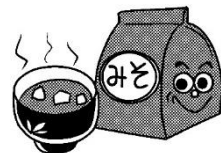




岡谷味噌  
OKAYA MISO

# 岡谷味噌シシピ



～毎月30日は 岡谷味噌のヒ～

## 春野菜の味噌バタースープ

《材料 4人分》

- ・春キャベツ …… 2枚(120g)
- ・新玉ねぎ ……1/4個(40g)
- ・新じゃがいも …1/2個(80g)
- ・生わかめ ……10g
- ・だし汁 ……700cc
- ・味噌 ……大さじ1.5(26g)
- ・バター ……小さじ1.0(4g)

《だし汁の作り方》

かつお節14gに700ccのお湯を注ぎ、3分  
おいてざるでこす。

または

700ccの水に煮干し(腹わたをとる)を入れ、  
一晩ひたしておく。

### ① 材料を切る

キャベツはざく切り、玉ねぎはスライス、じゃがいもは皮をむき、一口大に切って水にさらす。生わかめは一口大に切る。

### ② 煮る

鍋にだし汁、玉ねぎ、じゃがいもを入れ、ふたをして中火で5分加熱する。キャベツを加え、しんなりするまで煮る。わかめも加える。

### ③ 味付け 仕上げ

火を止めて、みそを溶き入れ、バターを加える。