

トマトとレタスのみそ汁

ふくさい
副菜
2.5皿分だよ
にんまえ サービング
1人前=2.5つ(SV)



材料(4人分)

- レタス 1こ
- みそ 大さじ3
- トマト 2こ
- バター 大さじ2
- だし汁 3カップ

作り方

- (1)レタスはあらって水気をよくきる。
- (2)トマトはフォークでつきさして直火にあて、皮がはじけるくらいにやいて水に取り、皮をむく。横半分に切ったねを取り、一口大のざく切りにする。
- (3)なべにだし汁を入れて温め、煮立ったらトマトを入れてみそをとき入れ、レタスをちぎって入れ、ひと煮する。
- (4)お汁茶わんにもってバターを落とす。

