



かぶと桜えびの洋風みそ汁

材料 (大人2人+こども1人分の目安)

かぶ	100g
たまねぎ	100g
バター	大さじ1/2
桜エビ	大さじ1
水	400ml
みそ	大さじ1

栄養価	こども1人分
エネルギー	38 kcal
食塩相当量	0.5 g

作り方

- ① かぶは皮をむき、1cm角のさいの目に切る。
たまねぎはみじん切りにする。
- ② 鍋にバターを溶かし、かぶとたまねぎ、桜エビを炒める。
バターがなじんだら水を入れ、やわらかくなるまで煮る。
- ③ 火を止めてから、みそを溶く。



<大人へのアレンジ> … お好みに粗びきこしょうを足す。

