

料理名		準備時間	調理時間	分量
おやどり味噌汁		15分	15分	2人分
	1		大根・人参をイチヨウ形(厚さ2cm)に切る。 大根は水気を取っておく。	
	2		ゴボウをササガキにして、水にさらす。 さらした後は、水気を取っておく。	
	3		鍋にゴマ油を敷いて、人参を炒める。	
	4		人参に軽く火が通ったら、モモ肉を入れて炒める。	
	5		肉に火が通ったら、水・みりん・大根・ゴボウを入れて煮る。	
	6		大根に火が通ったら、味噌を入れて完成。	
	7			
材料				
モモ肉スライス… 200g 大根… 1/2本 人参… 1本 ゴボウ… 1本		赤味噌… 50g ゴマ油… 50ml みりん… 適量 水… 500ml		
調理のポイント				