



指宿鰹節のレシピ

## 指宿の根菜みそ汁

### 材料(4人分)

大根…………… 80g  
じゃがいも……………1個  
しめじ…………… 1/2パック  
だし汁……………600ml  
みそ……………大さじ2強  
小ねぎ……………4本

### 作り方

①大根とじゃがいもをいちよう切りにする。  
②しめじは石づきを切り落として食べやすいように手で分ける。  
③だし汁に大根、じゃがいも、しめじを入れ加熱する。  
④火が通ったら火を止め、みそを溶かし、刻んだねぎを加える。

[1人分の栄養量]エネルギー: 52kcal, 食塩相当量: 1.2g

指宿市健幸レシピ 令和2年度指 TABLE レシピコンテスト入賞作品