

## 4月レシピ紹介

### 若竹汁

<材料>	4人分
生わかめ	20g
たけのこ水煮	120g
豆腐	150g
葉ねぎ	20g
酒	小さじ1
しょうゆ	小さじ2
塩	小さじ1/2
だし汁	600cc

#### <作り方>

- ① かつお節等でだしをとる。
- ② 生わかめは3cm幅に切り、たけのこはいちょう切り、豆腐はさいの目切り、葉ねぎは小口切りにする。  
(塩蔵わかめの場合は、よく水洗いしてください。)
- ③ なべにだしを入れ、たけのこを煮る。
- ④ たけのこに火が通ったら、豆腐を加えて煮る。
- ⑤ 調味料を入れて、わかめを加え、ひと煮立ちさせ味を調整したら、最後に葉ねぎをちらして出来上がり。

※調味料はお好みで加減してください。

春が旬のわかめとたけのこを使ったすまし汁です。  
たけのこの歯ざわりとわかめの風味が、あっさりしただし汁とよく合います。春の香りを満喫しましょう。

