

ホッコリ じゃがいもスープ

【1人分】

●エネルギー 66 kcal ●塩分 2.2 g

材料(2人分)

じゃがいも	小1個
ベーコン	1枚
のり	1本(3g)
ねぎ	適量
薄口しょうゆ	小さじ1
塩	少々
鰹昆布だし	400ml



作り方

- ① じゃがいもは皮をむき、すりおろす。
- ② のりは千切り、ねぎは小口切りにしておく。
- ③ ベーコンは千切りにし、フライパンで炒めておく。
- ④ 鍋でだしを取り、①を加えひと煮立ちさせ、しょうゆ、塩で味を調える。
- ⑤ 器に移し、②と③を上からちらす。

