アイヌム

おやすみの日、かぞくのおいしいごはんを、じぶんでつくってみよう！
ほうちょうや火をつかうところはマークがついているので、おうちの人といっしょにやってみてね！

# ごまとん汁

＼つくってみよう！／

## 休日かぞくごはん

料理研究家
コウケンテツ

## 材料（2人分）

## 作り方

1 ぶた肉を幅2センチに切ります。

2 ごぼうをくるくる回しながら、ほうちょうの「はら」で皮をこそげ取ります。

3 ②をななめうす切りにして水に5分ほどさらします。

4 だいこんは皮つきのままいちょう切りに、にんじんは皮つきのまま半月切りにします。

5 みそを水50mLでといておきます。

6 なべにごま油を熱してぶた肉をいため、色が変わったら野菜をいためます。

7 油がなじんだら酒、水でといたみそ、残りの水450mL、みりんを加えてまぜ、弱めの中火で10分ほど煮ます。

8 野菜がやわらかくなったら、器に盛り、仕上げにすりごまをかけて、できあがり！