



【材料】(2人分)

- きゅうり…450g
- だし…4カップ
- みそ…大さじ2
- ちりめんじゃこ…20g
- 木綿豆腐…150g
- 白ごま…5g
- 塩…少々



JA西条

第1回ときめきレシピコンテスト

応募作品

ちゃんゆーさん作♪

きゅうりの冷や汁

【作り方】

- ① 具なしのみそ汁を作り、冷やす。
- ② きゅうりを薄い小口切りにし、塩でもみ、絞る。
- ③ 白ごまを乾煎りし、すり鉢で半ずりする。
- ④ 豆腐を手で一口大にくずす。
- ⑤ 冷やしたみそ汁に、くずした豆腐、きゅうり、ちりめんじゃこを入れる。
- ⑥ 器に盛り付け、ゴマをかけたら完成。