

米粉団子入り野菜たっぷり味噌汁

| | |
|-------|-------|
| ・キャベツ | 20g |
| ・にんじん | 20g |
| ・玉ねぎ | 10g |
| ・出し汁 | 190cc |
| ・味噌 | 小さじ1 |

| | |
|---------|------|
| <団子> | |
| アルファ化米粉 | 大さじ1 |
| 水 | 大さじ1 |



1. 野菜はみじん切り出し汁で柔らかくなるまで煮込む。
2. 団子の材料は混ぜ合わせ団子状にする。
3. 1に2を加え1分煮る。