

季節のお味噌汁 春

●あさりの味噌汁

毎日の食卓に欠かせないお味噌汁は、家庭の味、日常の味ですが、旬の食材を具材に使うことで、季節感も表現できます。

春が近づくにつれてぐんと美味しくなるあさりを使った味噌汁の簡単な作り方をご紹介します。

あさりの味噌汁 4人分

《材料》大あさり 300g 細ねぎ 少々
味噌 60gぐらい(好みで加減する)
昆布だし 1000ccの水に対して5cm角のものを一枚

- ①昆布を水に浸けておく(1時間程)
- ②砂出しをして、よく洗ったあсарいを昆布と水と共に火にかける。
- ③鍋の水が沸騰する前に昆布を取り出す。
- ④あさりの口が開くまで煮たら、鍋の火を止める。
※浅利が煮立つ途中で白いアクが出てくるので、まめに取る。
- ⑤好みの量の味噌を溶き入れる。
- ⑥小口切りにしたネギを添える。

