豚汁



調理時間	約50分
カロリー	221kcal

材料	(4人分)
豚バラ肉	100g
長ねぎ	1/2本
里芋	中3個
ニンジン	1/2本
こんにゃく	1/3枚
ゴボウ	1/3本
大根	5cm
木綿豆腐	1/2丁
水	600ml
合わせ味噌	100g

作り方

1. 豚バラ肉は一口大に、長ネギは斜め切りにする。
2. 里芋、ニンジン、こんにゃくも一口大に切る。ゴボウはささがきに、大根はいちょう切りに、木綿豆腐は2cm角に切る。
3. ココットダッチオーブンに(2)を入れ、その上に(1)の豚バラ肉を並べる。
4. (3)に水と合わせみそを入れ、蓋をしてグリルに入れる。
5. 「ココットダッチオーブン」を選択し、タイマーを25分に設定して点火する。消火後、長ネギを加え、そのままグリルの中で15分余熱する。

カラダが温まる人気の具だくさん汁もラクに作れます。