

☆お星さまスープ☆

七夕にもおすすめ！

～材料（4人分）～

- 3色そうめん 1/2 束
- 人参…1/4 本
- オクラ…2 本
- 豆腐…適量
- しょうゆ…小さじ2



だし汁…2½カップ

オクラのとろみでのど越しGOOD！

～作り方～

- ① 人参は2～3mmの厚さに切り、星形で抜く。
- ② オクラは下茹でし、小口切りにする。
- ③ 鍋に、だし汁と①の人参を入れ、火にかける。人参がやわらかくなったら、調味料を入れる。
- ④ オクラと豆腐を加え、できあがり！

