

## つくってみませんか？

野菜だしでやさしい味わいです



### < 冬野菜のポトフ >

#### 材料(4人分)

ウインナー(1cmカット)	...	100g
じゃがいも(一口大)	...	200g
にんじん(いちょう5mm)	...	50g
たまねぎ(一口大)	...	150g
白菜(ざくざり)	...	100g
だいこん(いちょう1cm)	...	100g
ぶなしめじ(ほぐす)	...	50g
○コンソメ	...	小さじ2
○食塩	...	少々
○こしょう	...	少々
ローリエ	...	1~2枚
※野菜だし or 水	...	3カップ(600cc)

#### 作り方

- ① 野菜だし(または水)の中に、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、だいこん、ぶなしめじ、ウインナー、コンソメ、ローリエを入れて煮る。
- ② じゃがいもが少し煮えてきたら、はくさいを入れて煮、塩こしょうで味をととのえる。

#### ※ ☆野菜だしの作り方☆

野菜くずをよく洗い鍋に入れてかぶるくらいの水を入れて弱火で20~30分煮る。  
キッチンペーパーなどでスープをこす。

