

つくってみませんか？

具だくさんの食べるスープです



<トマトスープ>

材料(4人分)

ベーコン(5mm幅カット)	…	30g
キャベツ(色紙1cm幅)	…	150g
たまねぎ(さいのめ)	…	130g
にんじん(小さいちょう)	…	60g
トマト缶ダイスカット	…	150g
ひよこ豆水煮	…	40g
シエルマカロニ(さっとゆでる)	…	30g
乾燥パセリ	…	少々
○コンソメ	…	小さじ2
○塩	…	少々
○黒こしょう	…	少々
水	…	400cc(かぶるくらいの量)

作り方

- ① ベーコンを乾煎りし、ベーコンの油でたまねぎ、にんじん、キャベツをざっと炒め、トマト缶も入れて炒める。
- ② 水、ひよこ豆、○の調味料、マカロニを入れて煮て、味をととのえ、パセリを入れて仕上げる。

