

つくってみませんか？

野菜のくずでだしをとります

<コンソメスープ>

材料(4人分)

ベーコン(5mm幅カット)	…	30g
キャベツ(スライス1cm幅)	…	120g
たまねぎ(長さ半分5mm幅)	…	100g
にんじん(千切り)	…	40g
パセリ乾燥	…	少し
粒コーン	…	50g
○コンソメ	…	小さじ2弱
○塩	…	少々
○こしょう	…	少々
水	…	600cc



作り方

- ① 【ベジブロス(野菜だし)をとる】
キャベツやたまねぎ、にんじんの芯や皮をよく洗い、水に入れて弱火で煮だす。クッキングペーパーでこす。
- ② ベジブロスの中に、材料とコンソメを入れて煮る。塩、こしょうで味をととのえる。

