

# ☆きゅうしょくレシピ15☆

## 【みえトマトスープ】



(ざいりょう) (4にんぶん)

ベーコン	30グラム	・・・1cmにきる
じゃがいも	120グラム	・・・1.5cmかくぎり
たまねぎ	80グラム	・・・1.5cmかくぎり
キャベツ	80グラム	・・・1.5cmかくぎり
にんじん	40グラム	・・・2mmの
あぶら	4グラム	
おろしにんにく	すこし	
トマトみずに	60グラム	
コンソメ	7グラム	
こしょう	すこし	
みず	360グラム	

\*\*\*\*\*

(つくりかた)

- 1 なべにあぶらとおろしにんにくをいれてひをつけ、ベーコンをいれていためる。
- 2 たまねぎ、にんじん、キャベツのじゅんばんにいためる。
- 3 みずをいれて、じゃがいもをいれてしばらくにする。
- 4 トマトみずに、コンソメをいれてにする。
- 5 みずでといたこしょうをいれてにする。

