

給食レシピ♥ベジタブルスープ



材料（4人分）

- ウインナー 50g
- 人参 1/2 個
- たまねぎ 1 個
- ひよこまめ 30g
- グリンピース 30g
- コンソメ（キューブ） 1 個
- うすくちしょうゆ 大さじ 1
- 塩 少々
- こしょう 少々

（ポイント）

じゃがいもやキャベツを入れてボリュームアップさせてもいいですね

作り方

1. 具材の大きさを揃えて切る
 - ・ウインナー・・・5mm幅の輪切り
 - ・人参・・・7mm幅の角切り
 - ・たまねぎ・・・1cm幅の角切り
2. ひよこまめ、グリンピースが乾物の場合は水に戻しておく
3. 1L弱の水を沸騰させウインナー、人参、たまねぎ、ひよこまめを入れる
4. 人参とひよこまめに火が通ったら、コンソメ、うすくちしょうゆ、塩、こしょうを入れる
5. グリンピースを入れ一煮立ちさせる