

ポタージュタイプのスープです

にんじんスープ

【 材料 】(おとな2人こども2人分)

にんじん	中 1/2 本
玉ねぎ	中 1/2 個
バター	5g
水	300cc
米	大さじ1
コーン缶 (クリームタイプ)	50g
牛乳	300cc
塩	小さじ 1/3



【 作り方 】

- ① にんじんは厚めの半月からいちよう切り、玉ねぎはうす切りにする。
- ② ①をバターで炒め、水と洗っておいた米を加え一緒に煮込む。
※ 米を入れることでスープにとろみがつきます。
- ③ 野菜や米が軟らかくなったらミキサーにかける。
- ④ ③を鍋にもどし、コーン缶と牛乳を加え弱火にかけ、塩で味をととのえる。
※ お好みで、水や牛乳を足して濃度を調節してください。