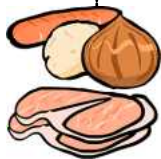


簡単ミネストローネ風

《材 料》(4人分)

玉ねぎ	1個(150g)
人参	1本(120g)
じゃがいも	2個(200g)
ゆで大豆	60g
ベーコン	2枚(40g)
油	小さじ1
トマトジュース	400cc
水	200cc
コンソメ	2個
塩・こしょう	少々
ローリエ	1枚



《作 り 方》

玉ねぎ、人参、じゃがいもは角切りにする。
ベーコンを1cmのせん切りにする。
なべに油を入れ熱し、ベーコンと玉ねぎ、人
参、じゃがいもを炒める。
③のなべにトマトジュース、水、コンソメ、ゆ
で大豆・ローリエを入れて野菜が柔らかくなっ
たら、塩、こしょうで味を調える。

寒い冬に根菜
たっぷりのあっ
たかいスープは
いかが？

