

◆献立名◆

もち大豆のミネストローネ

★材料★(4人分)

- ・にんじん 1/4本
- ・ピーマン 2個
- ・しめじ 1/2株
- ・コーン 20g
- ・ミニトマト 6個
- ・もち大豆水煮 60g
- ・味噌 大さじ2
- ・コンソメ 小さじ1/2
- ・ケチャップ 大さじ3
- ・トマト缶 1/4缶
- ・水 800cc

☆アピールポイント☆

もち大豆味噌と、トマトを合わせて洋風にしてみました。見た目も色鮮やかで、冷めても美味しく工夫しました。

●作り方●

- ①ミニトマトは湯引きして薄皮をむいておく。
- ②にんじん・ピーマン・しめじは食べやすい大きさに切っておく。
- ③鍋に水を入れ、野菜をに煮る。煮えたら、トマト缶、コンソメ、ケチャップを入れ味噌を溶き入れ完成。(ミニトマトは、最後に入れる)