

(献立名)

卵とレタスのスープ

<材料> (4人分)

・レタス	1/2 個	・玉ねぎ	1/3 個	・にんじん	1/6 本
・卵	M2 個	・ベーコン	2 枚	・えのきだけ	1/4 束
☆濃口しょうゆ	小さじ 2	☆チキンコンソメ	8g	☆白ワイン	小さじ 1
☆塩・こしょう	適量	・片栗粉	小さじ 1/2		

<作り方>

- ① にんじん、ベーコンは短冊切り、玉ねぎはスライス、レタスは一口大にちぎる。
えのきだけは石鎚を切り落とし、1/3 幅に切る。
- ② 鍋でベーコンを炒め、水を入れる。
- ③ にんじん、玉ねぎ、えのきの順に鍋に入れていく。
- ④ 卵を割り、溶きほぐしておき、野菜が柔らかくなったら、③に入れて☆で調味し、水溶き片栗粉を入れる。
- ⑤ 最後にレタスを入れ、一煮立ちさせたら出来上がり。



<ポイント>

- ◎ 水溶き片栗粉でとろみをつけることで、より温かさを維持できます。
- ◎ レタスは最後に入れることで、シャキシャキとした食感を楽しめます。