



# 食べるスープ ミネストローネ



## 【材 料】4人分

バター	10g	
おろしにんにく	小さじ1/2	
セロリ	20g	みじん切り
玉ねぎ	180g	1cm色紙切り
ベーコン	40g	1cm色紙切り
にんじん	60g	1cmさいの目切り
じゃがいも	140g	1cmさいの目切り
マカロニ	25g	
コーン	50g	
ブロッコリー	60g	小房に分ける
水	550cc	
コンソメ	大さじ1くらい	
ホールトマト	大さじ3と2/3	
トマトケチャップ	大さじ1	
塩	小さじ1/4	
こしょう	少々	
粉チーズ	小さじ1	



マカロニのほか  
お好きな形の Pasta でどうぞ！

## 【作り方】

- ①ブロッコリーは少し固めにゆでておく
- ②バターでおろしにんにくを焦がさないように炒め、セロリも加えて炒める
- ③玉ねぎ・ベーコン・にんじんの順に加えてよく炒め、水とコンソメを入れて煮る
- ④野菜が柔らかくなってきたら、ホールトマトとトマトケチャップを入れ、さらに煮込む
- ⑤じゃがいも・マカロニ・コーンも加える
- ⑥じゃがいもにある程度火が通ったら、塩とこしょうで調味し、粉チーズも入れる
- ⑦じゃがいもが食べ頃の柔らかさになったら①を入れる



トマトの酸味が気になる時は砂糖を  
一つまみ入れると味が落ち着きます