



# 給食のメニュー Let's Cooking

## ABCスープ。



### 材料(4人分)

- ベーコン…3枚
- 玉ねぎ…中 1/2個
- にんじん…中 1/3個
- じゃがいも…中 1/2個
- キャベツ…1枚
- マカロニ (アルファベット) …15g
- パセリ…少々
- 水…3カップ
- コンソメ (固形) …1個
- 塩こしょう…少々

### 作り方

- ① ベーコンは5ミリ幅程度に切る。玉ねぎは3ミリのスライス、にんじんは3ミリのいちよう切り、キャベツは7ミリくらいに切る。じゃがいもはさいの目に切り、水にさらす。パセリはみじん切りにする。
- ② 鍋を火にかけベーコン、玉ねぎ、にんじんの順に炒める。
- ③ 水、コンソメ、じゃがいもを入れ、やわらかくなるまで煮る。
- ④ キャベツを加え、しんなりするまで煮て、塩こしょうで味を調える。
- ⑤ マカロニ (アルファベット) を入れ煮る。マカロニがやわらかくなったたらパセリを入れ、ひと煮立ちさせたらできあがり。

アルファベットの形をしたマカロニは、普通のマカロニでも代用できます。米粉のマカロニを使用すると小麦アレルギーの方でも安心して食べることができます。

