

汁物



おいしい給食レシピ

コーンかきたまスープ

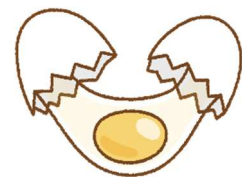


ざいりょう 材料 (4人分)

・ベーコン	1パック
・玉ねぎ	はんぶん
・クリームコーン(粒入り)	1パック
・たまご	2個
・塩、こしょう	かくしょうしょう 各少々
・しょうゆ	小さじ2
・ほうれん草	1/2束
・水	500cc

<作り方>

- ① 玉ねぎとベーコンを1cm幅の短冊切りにする。
- ② ほうれん草をゆで、流水で冷まし2cm幅に切る。
- ③ 鍋でベーコンをからいりする。
- ④ ③の鍋に玉ねぎと水を入れ、玉ねぎが軟らかくなるまで煮る。
- ⑤ クリームコーンを入れて調味する。
- ⑥ ほうれん草を入れ、溶き卵を回し入れたらできあがり。



POINT



- ・クリームコーンを入れてからは、なべ底が焦げ付かないように混ぜてください。
- ・溶き卵は卵白をしっかりと溶いて、よく沸騰したところに細く流し入れるとなめらかになります。
- ・給食レシピを参考に、家庭で作りやすいように味付きのクリームコーンパックを使用したレシピです。