

【コーンポタージュ】

●材料（4人分）

市販コーンポタージュの素

・・・3袋

じゃがいも ・・・中2個

たまねぎ ・・・1個

にんじん ・・・1/2本

バター ・・・小さじ1

牛乳 ・・・200cc

水 ・・・3カップ

塩こしょう ・・・少々

乾燥パセリ（あれば）少々

●作り方

- ①じゃがいも、たまねぎ、にんじんは皮をむき、1センチ角に切る。
- ②鍋にバターを入れて火にかけ、たまねぎ、にんじんを入れて炒める。しんなりしたらじゃがいも、分量の水を加えて、柔らかくなるまで煮る。
- ③野菜に火が通ったら、コーンポタージュの素を入れてよく混ぜる。
- ④牛乳を加えて2～3分弱火で煮込む。
- ⑤塩こしょうで味をととのえる。
- ⑥器に盛り、乾燥パセリを散らす。

【料理について】

市販のコーンポタージュの素を使用し手軽に作ることができます。野菜をたっぷり入れて朝食などにどうぞ。

