

野菜たっぷり！給食人気レシピ（中学校）

ジュリエヌスープ



ウィンナーを入れると立派な主菜になります！

材料（4人分）

油……………適量	塩……………小さじ2/3
ベーコン……………2枚	こしょう……………少々
とり肉……………60g	コンソメ……………1個
たまねぎ……………1/2個	しょうゆ……………少々
にんじん……………1/3本	パセリ……………適量
水……………600cc	
セロリ……………1/4本	
キャベツ……………1/4個	



作り方

- ① 下準備をする。
ベーコン…短冊切り とり肉…小さめに切る たまねぎ…薄切り にんじん・セロリ・キャベツ…せん切り
パセリ…みじん切り
- ② 油を熱し、ベーコンを炒め、とり肉を加えて色が変わるまでよく炒める。そこへたまねぎとにんじんを入れて炒め、水を入れる。沸騰したら、セロリ、キャベツ、塩、こしょう、コンソメを入れて煮る。
- ③ 食材に火が通ったら、しょうゆとパセリを散らす。