

# かぼちゃスープ



## ■ 説明

平成30年度学校給食料理教室より

## ■ 材料と分量

<1人分>

- ・ベーコン……………10g
- ・油……………0.5g
- ・酒……………1g
- ・たまねぎ……………20g
- ・生かぼちゃ……………30g
- ・うらごしかぼちゃ…30g
- ・牛乳……………20g
- ・豆乳……………20g
- ・コンソメ……………0.5g
- ・塩……………0.4g
- ・こしょう……………0.03g
- ・水……………80g
- ・バター……………1g

## ■ 手順

### 1. 下準備

- ・たまねぎと生かぼちゃ（皮付き）は0.5～1cm程度の角切りにする。

### 2. 調理

- ①油でベーコンを炒め、酒を加え、たまねぎを加え炒める。
- ②たまねぎがしんなりしたら、生かぼちゃと水を加え煮る。
- ③生かぼちゃがやわらかくなったら、うらごしかぼちゃ、牛乳、豆乳、コンソメを入れ、よく混ぜる。
- ④塩、こしょうを加え、最後にバターを入れ、味を整える。