



人参のポタージュ

【材料4人分】

にんじん	1本
水	200ml
固形スープのもと	1コ(5g)
牛乳	400ml
塩・コショウ	適量



にんじんが嫌いな人でも
食べやすいポタージュに
なっています。

- ①にんじんは薄い輪切りにする。
- ②にんじん、水、固形スープのものを鍋に入れ、柔らかくなるまで煮る。
- ③①を火から下ろして牛乳を加え、ミキサーにかけ、なめらかにする。
- ④②を鍋にもどし、中火にかける。軽く煮立たせ、塩・コショウで味を調える。
- ④器に盛り、完成！

