

春キャベツのカレースープ(2食分)

【材料】

ベーコン	1枚	一口大に切る
サラダ油	小さじ1	
にんじん	20g	短冊切り
たまねぎ	1/4個	薄切り
春キャベツ	1枚	ざく切り
小松菜	1本	ざく切り
固形コンソメ	1個	
水	400cc	
カレー粉	小さじ1	

【作り方】

- ① 鍋にサラダ油を熱し、ベーコンを炒める。
- ② ①に、にんじんとたまねぎを入れ、炒める。
- ③ 水と固形コンソメ、カレー粉を入れ、煮る。
- ④ 春キャベツと小松菜を入れて、火を通す。

