

【かぼちゃのスープ】



素材の味をいかした
自慢のあっさりスープです。



材料（4人分）

かぼちゃ	1/4 個
玉ねぎ	1/2 個
キャベツ	1/3 個
ほうれんそう	1/2 把
コンソメスープ	800ml
しょうゆ	小さじ1
塩・こしょう	少々

コンソメスープは少し薄めの
味付けで準備します。



作り方

1. かぼちゃはよく洗って種を取り除き、1.5cm幅のいちよう切りにする。
2. 玉ねぎは皮をむき、千切りにしておく。
3. キャベツはよく洗って、ざく切りにする。
4. ほうれんそうはよく洗い、ゆでて冷水にさらしてから5cm幅に切っておく。
5. 鍋にコンソメスープとかぼちゃを入れて火にかける。かぼちゃに火がとあってきたら、玉ねぎとキャベツを加える。最後にほうれんそうを加え、しょうゆ、塩・こしょうで味をととのえてできあがり。