



<中華コーンスープ>

材料

コーンクリーム缶	1缶(200g程度)
水	500ml
卵	1個
鶏ガラだし	大1/2~
塩	適量
水溶き片栗粉	適量
ごま油	適量

作り方

- ①鍋にコーンクリーム缶と水を入れ、よく混ぜながら火にかける。
- ②ぐつぐつしてきたら鶏ガラだしと塩で味付けする。
- ③水溶き片栗粉を入れ、よく混ぜた卵を流し入れる。
- ④最後にごま油を入れて完成。

※ご家庭で卵スープを作る際、水溶き片栗粉を入れてから卵を加えるとふわふわ卵のスープになりますよ！！



<野菜の味噌スープ>

材料

もやし	1/2袋
人参	1/3本
にら	1束
水	800ml
鶏ガラだし	小2
味噌	大2~

作り方

- ①具材を食べやすい大きさに切る。
- ②鍋に水ともやしと人参を入れて火にかける。
- ③火が通ったらにらを加える。
- ④鶏ガラだしと味噌で味付けし完成！！

普段のお味噌汁にちょっと飽きたな~なんて時に、だしを変えるだけで違った味わいになり美味しく食べられます！具材はなんでもOK！！お野菜たっぷり入れて作ってください。