

平成 28 年度 優秀賞

## ロールキャベツ風スープ



### 【生徒のおすすめポイント】

キャベツでつつまずそのまま一緒に煮こむことで、簡単に手早く作ることができます。材料はロールキャベツと同じなので、見た目は違いますが、ロールキャベツ本来の味を楽しめます。

※給食用に献立をアレンジしています。

### 【材料】（4人分）

・冷凍肉団子	100g	・コンソメスープのもと	小さじ2
・たまねぎ	80g	・水	160ml
・キャベツ	240g	・塩	少々
・トマト(角切り)缶	120g	・洋こしょう	少々
・トマトケチャップ	大さじ1		

### 【作り方】

- ① たまねぎは短冊切り、キャベツは3cm角切りにする。
- ② 湯をわかし、肉団子を入れ、煮る。
- ③ あく、油をとり、たまねぎ、トマト缶、キャベツ、コンソメスープのもとを入れ、煮る。
- ④ トマトケチャップを入れ、煮る。
- ⑤ 塩、洋こしょうで味をととのえる。