

料理名（トマトのスープ）



| 食品名 | 材料4人分 |
|---------|--------|
| 炒め油 | 大さじ1 |
| 玉ねぎ | 1/2個 |
| ベーコン | 1枚 |
| 塩 | 小さじ1/3 |
| こしょう | 適量 |
| | |
| だし汁 | 2カップ |
| ガラスープの素 | 小さじ1 |
| 酒 | 小さじ1 |
| 片栗粉 | 小さじ1 |
| 卵 | 2個 |
| 完熟トマト | 1個 |
| | |
| しょうゆ | 大さじ2 |
| モロヘイヤ | 20g |

（作り方）

- ① 玉ねぎは5mmぐらいにうすく切る。
- ② ベーコンは1cmの幅で切る。
- ③ トマトは湯むきしてサイコロに切る。
- ④ モロヘイヤは1.5cm幅に切る。
- ⑤ 鍋に油を入れ、玉ねぎ・ベーコンを炒める。
- ⑥ だし汁を加え、あくをとりながら、しばらく煮る。
- ⑦ ガラスープと酒を加える。
- ⑧ 煮立ったら少量の水で溶いた片栗粉を加えて、とろみをつけ、溶いた卵を入れる。
- ⑨ トマトを入れ、しょうゆを加え、塩、こしょうで、味を整える。
- ⑩ 最後にモロヘイヤを入れ、さっと煮立てて仕上げる。

☆料理についてのコメント

夏におすすめのトマトの酸味が効いた色どりのよいスープです。

給食では、汁物のだし汁は主に鰯の削り節を使っています。水に対して4%ぐらいの量を使って出しています。

