

# リーちゃん賞

## ミネストローネ

考案者 **クックネーム** : そら さん



### 【食べきり・使いきりポイント】

ニンジンやじゃがいもの皮は全部使うから捨てる部分は、じゃがいもの芽ぐらい。

## レシピ (2人分)

### ◆材料・分量

ベーコン	45g
じゃがいも	1個(150g)
ニンジン	1本(150g)
ニンニク	2片
オリーブオイル	大さじ1
水	200ml
コンソメキューブ	1/2個
砂糖	小さじ1
ハーブソルト	小さじ1
ブラックペッパー	少々
ローリエの葉	1枚
トマト水煮缶	200g

### ◆作り方

- 1 鍋にオリーブオイルと刻んだニンニク、ベーコンとローリエを入れたら5分炒める。
- 2 野菜を入れて、2~3分炒めたら水200mlとトマト水煮缶を入れる。
- 3 2の中に、コンソメキューブ、ハーブソルト、砂糖を入れたら10分ぐらい煮込む。
- 4 鍋の中に、ブラックペッパーを振りかけて、お皿に盛り付けパセリを振りかけたら完成。

### 【 問合せ先 】

環境部 リサイクル清掃課

TEL:03-5654-8273