



はるやさい 春野菜のミネストローネ

ざいりょう 4人分 <材料> にんぶん

ベーコン	30g
にんにく(チューブ)	小さじ 1/2
シェルマカロニ	16g
(⇒おうちにあるもので)	
たまねぎ	80g
きゃべつ	80g
グリーンアスパラガス	30g
トマト	60g
水	350ml
コンソメスープ	大さじ 1
トマトケチャップ	小さじ 2
こしょう	少々
砂糖	小さじ 1/2
油	適量

①

つく かた <作り方>

- 1.ベーコンは1 cm幅、たまねぎはうす切りにする。  
キャベツは2 cmのざく切りにし、アスパラは1 cm幅、トマトは1.5 cm角に切っておく。
- 2.調味料①は全て混ぜ合わせておく。シェルマカロニは少し硬めに下茹でしておく。
- 3.熱したフライパンに油をひき、ニンニクとベーコンを炒める。  
火が通ったら、玉ねぎを加え中火で炒める。
- 4.水と調味料①、トマト・キャベツ・アスパラ・シェルマカロニをすべて加え、中火で5分ほど煮込めば完成！

あじ おうちでも味わおう！

# 給食しじピ

しょうがっこう かつ にち もく  
小学校4月18日(木)  
きゅうしょく どうじょう  
の給食に登場！

