



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<br>(⇒おうちにあるもので) | 16g     |
| 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   |
| 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      |

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すておく。
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！

