

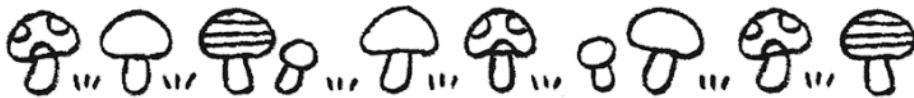
生姜で体ぽかぽか温まる  
コロコロ野菜スープ

山王保育園



【材料(5人分)】

ベーコン	20 g
玉ねぎ	100 g
人参	40 g
えのき	50 g
しめじ	50 g
パプリカ	30 g
にんにく	5 g
生姜	5 g
水菜	30 g



【作り方】

- 1 生姜とにんにくはみじん切り、玉ねぎ・人参・パプリカは5 mm角に、えのき・しめじ・水菜は1 cmの長さに切っておく。
- 2 鍋に油をしき、しょうがとにんにくを炒め、香りが出たらベーコンを加える。
- 3 更に玉ねぎ、人参、パプリカを加えて更に炒める。
- 4 よく炒めたら、最後にきのこ類を加え、分量の水を鍋に入れ、煮立たせる。
- 5 煮立ったら調味料を加え、味を調整する。

