



※写真はイメージです。

ラクラク! あったかメニュー

ハムと春キャベツの中華風即席コーンスープ

材 料 (4人分)

ハム2枚
春キャベツ100g
A	[
	コーンクリームスタイル缶...1缶(435g)
	水.....3カップ
	チキン固形スープの素.....1個
牛乳1/2カップ
B	[
	塩.....小さじ1
	こしょう.....少々
片栗粉小さじ2
卵1個
ごま油小さじ1

作り方

1. ハム、キャベツは粗みじん切りにする。
2. 鍋にAを入れて煮立ったら1のキャベツを加え、ひと煮して牛乳を注ぎ、煮立つ直前に火を弱めてBで調味する。
3. 2に倍量の水で溶いた片栗粉を加えて薄いとろみをつけ、溶き卵を回し入れて仕上げにごま油を振る。
4. 器に3を盛って1のハムを散らす。