

餅入りミネストローネ




材料（1人分）

切り餅	…	1個
カブ	…	小 1/2個
タマネギ	…	小 1/4個
ニンジン	…	中 1/3本
厚切りベーコン	…	1枚
A 水	…	50ml
スープの素	…	小さじ 1/2
B トマトジュース(無塩)	…	100ml
塩・コショウ	…	少々

作り方

- 1) 切り餅は6等分にする。
- 2) カブとタマネギは1cm角、ニンジンは厚さ3mmのいちょう切り、厚切りベーコンは1cm幅に切る。
- 3) 深めの器に②とAを入れ、ラップをかけて電子レンジで約4分（500W）加熱する（具材が固ければさらに加熱する）。
- 4) 全体を混ぜ、Bを加えて軽く混ぜる。餅を重ねないように入れ、再びラップをかけて電子レンジで約3分加熱し、そのまま1分ほど蒸らす。餅が柔らかくなったらできあがり。

ワンポイント!



具だくさんのスープにお餅をプラス！
材料をカップに入れて電子レンジで加熱するだけなので、忙しい朝にもぴったりだよ！

