

# トマトと豆腐のふわたまスープ

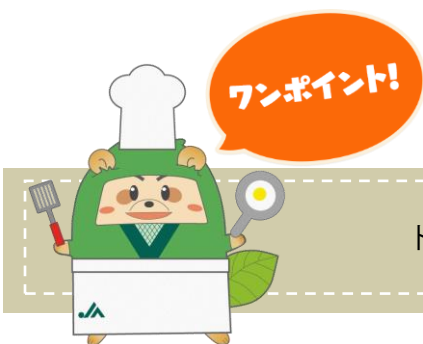


## 材料(4人分)

トマト	… 1個
絹ごし豆腐	… 1/2丁
水	… 500cc
コンソメ(固形)	… 1個
塩・コショウ	… 少々
卵	… 1個
パセリ	… 少々

## 作り方

- 1) トマトと豆腐を食べやすい大きさに切る。
- 2) 鍋に水を入れて沸かし、①のトマトを加える。トマトの皮が剥がれ、鮮やかな色になるまで煮込む。剥がれて浮いてきた皮は箸で取り除く。
- 3) ①の豆腐を加え、コンソメと塩・コショウを加える。
- 4) ひと煮立ちしたら、溶き卵を流し入れる。卵に火が通ったら器に盛り、パセリを散らしてできあがり。



トマトの優しい酸味を利かせた爽やかなスープ♪



JAこうか  
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

他のレシピはこちら!!

