ミネストローネ

材料（2人分）

A

・ベーコンスライス	3枚
・人参	2分の1本
・玉ねぎ	2分の1個
・キャベツ	3枚
・じゃがいも	大1個

・おろしにんにく	小さじ3分の1
・サラダ油	大さじ1
・コンソメ	小さじ1程度
・トマト缶	1缶
・水	200cc

① Aの具材をすべて、1cm角に切っておく。

② 鍋に、サラダ油とおろしにんにくを入れて、中火で熱する。
香りが増してきたら、ベーコンを入れて、3～4分よく炒める。

③ 人参・玉ねぎ・キャベツを加え、1～2分軽く炒める。
その後、水とじゃがいもを加えて、中火で5分くらい煮る。

④ トマト缶をつぶして加え、さらに15分煮る。

⑤ コンソメを味見をしながら少しずつ加えて、
ちょうどよい味になったら完成！

お好みで
パセリのみじんぎりを
のせても◎

できあがり！