

たっぷり きのこスープ

なめこを加えると自然なとろみが出て冷めにくいので
保温効果があります。



たっぷりきのこスープ

■材料(5人分)

- しいたけ … 40g
- エリンギ … 40g
- えのきだけ … 100g
- なめこ … 100g
- にんにく(つぶす) … 1かけ
- ベーコン … 36g
- オリーブオイル … 大さじ1
- A { 水 … 600ml
- コンソメスープの素 … 大さじ1
- 塩 … 小さじ1/4
- こしょう … 少々
- しょうが(すりおろし) … 4g

■作り方

- ①しいたけはうす切り、エリンギは長さ半分に切って、うす切り、えのきだけは半分に切ってほぐす。
- ②なめこは軽く洗う。ベーコンは1cm幅に切る。
- ③鍋にオリーブオイル、にんにくを入れ弱火で加熱する。
- ④香りが出てきたら、ベーコン、①の順で炒める。
- ⑤全体に油がまわったら【C】となめこを加えて煮、火を通す。
- ⑥塩・こしょうで味を調え、器に盛り、しょうがを添える。