

（ ）おうちで作ろう!（ ）  
みんな大好き給食メニュー



写真は福戸小学校で撮影しました

Vol.20

## ふわふわたまごスープ

溶き卵にパン粉を加えることで、ふわふわ食感に仕上がります。

### ■材料（4人分）

玉ねぎ … 1/2個  
にんじん … 1/3本  
ベーコン … 1～2枚  
ほうれん草 … 2株  
卵 … 2個  
こしょう … 適量

◎ 顆粒コンソメ … 小さじ1  
塩 … 1.2g  
しょうゆ … 小さじ1と1/3

☆ 粉チーズ … 大さじ1  
パン粉 … 大さじ4  
牛乳 … 大さじ1

### ■作り方

- ①玉ねぎは薄切り、にんじんはいちょう切り、ベーコンは短冊切りにする。
- ②ほうれん草はゆでて、2～3cmに切る。
- ③鍋に水650mlと①を入れて煮る。◎で味を整える。
- ④溶いた卵に☆を加えてよく混ぜ、中火で沸騰させた③に少しずつ流し入れる。かき混ぜないことがポイント。
- ⑤④に②を加え、こしょうで味を整える。