

シンプルな食材で作る

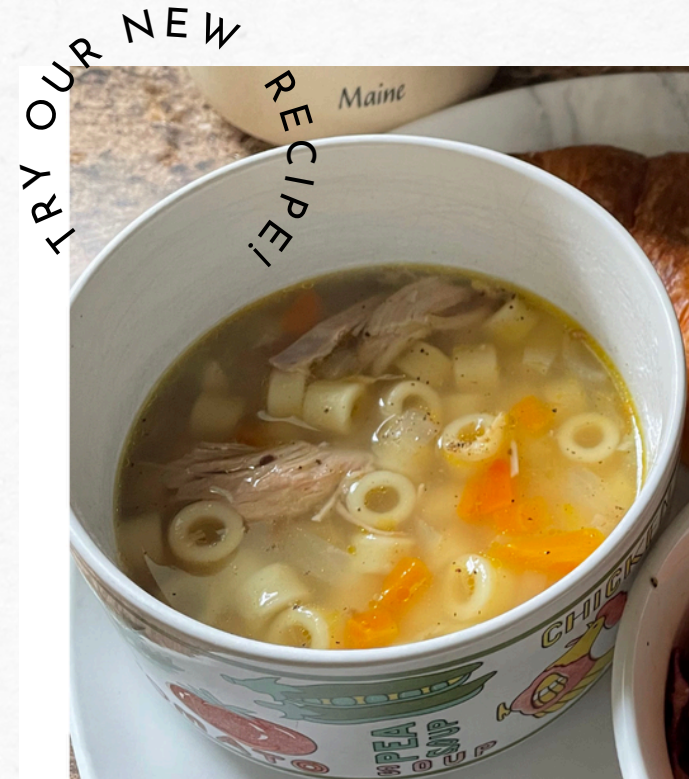


おかえりビュッフェ

今日作るのは

チキンスープ

です



材 料

チキン	1と1/2カップ
玉ねぎ	1つ
セロリ	2本
人参	1本
ニンニク	3かけ
ショウガ	ニンニクと同じ量
水	2カップ
チキンブロス	2カップ
塩	小さじ1
クミン	小さじ1/4
パスタ	1と1/2カップ
オリーブオイル	大さじ1
■トッピング	レモン スライス一切れ
	ネギ 適量

- 1 オリーブオイル、ショウガ、ニンニクを鍋に入れて香りが出るまで炒める
- 2 野菜類を全部とひとつまみの塩も加えて、たまねぎがきつね色になるまで炒める
- 3 チキンブロス、水、チキンを加えて沸騰させる
沸騰したらパスタ、塩、クミンを加えて、パスタの箱ゆで時間の表記に従って煮る
パスタ同士がくっつくので入れてからすぐかき混ぜるようにする
- 4 塩で好みの味に調整をして、パスタが食べれる固さになったらできあがり
盛り付けたら、ネギをちらして完成
お好みでレモンの果汁を絞る、黒コショウをふる