

白菜のミルクスープ



【材料】 4人分

- ・白菜（葉2～3枚）120g
- ・玉ねぎ（1/2個）100g
- ・牛乳（300㎖）
- ・水（300㎖）
- ・鶏ガラスープの素（小さじ3）
- ・塩（ひとつまみ）
- *おろし生姜（小さじ1/4）
- *こしょう（少々）

＜作り方＞

- ① 白菜は、一口大に切る。玉ねぎは、皮をむいて薄切りにする。
- ② 鍋に、①の野菜と水を加え、中火で煮る。
- ③ 野菜が煮えてきたら牛乳を加え、スープが温まってきたら、鶏ガラスープ、塩を入れて味を調える。＊生姜とこしょうは、お好みで。
- ④ 器に盛りつける。

★ベーコンやハムを入れて作る場合は、ベーコンやハムには塩分が含まれているので、塩は入れなくてもいいです。きのこを入れてもおいしいです。
★写真では、にんじんで彩りを加えました。