

『ブロッコリーとキャベツの和風卵スープ』

(材料:2人分)

| | |
|--------|----------|
| ブロッコリー | 60g |
| キャベツ | 1枚 |
| ハム | 1枚 |
| 卵 | 1個 |
| 薄口醤油 | 小さじ1と1/2 |
| だし汁 | 2カップ |
| コショウ | 少々 |
| (A) | |
| かたくり粉 | 大さじ1/2 |
| 水 | 大さじ2 |



作り方

- ① ブロッコリーは小房に分け、さらに1cm幅に切る。
- ② キャベツは短冊切りにする。
- ③ ハムは角切りにする。
- ④ 鍋にだし汁を入れ煮立て、①、②、③を入れ、野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ⑤ 薄口しょうゆとコショウで味を調え、(A)でとろみをつける。
- ⑥ 割りほぐした卵を回し入れる。