

野菜スープ (14人分)



材料

・出汁

タマネギの皮 (1玉)
ねぎ (1本分)
にんじん (1本分)
しいたけ (4~5本分)

・具材

だいこんの皮 (2枚分)
にんじんの皮 (2枚分)
ウインナー (6本)
キャベツの芯 (3個)
タマネギ (1玉)
白ネギ (1本分)
コーン (適量)

・調味料

塩 小さじ 3/4
塩こしょう 一振り
しょうが 少量
あとは好みの調味料

作り方

【野菜スープ】

- ①鍋に水を1,400ml入れる。
- ②残っていた端材を入れて約20分煮込み、出汁をとる。
- ③ざるでこして切った具材を鍋に入れて、20分煮込む。
- ④塩、白こしょう、生姜で味付けする。
- ⑤お好みでねぎをトッピングする。

☆ポイント☆



本来捨てられるような野菜の端材などを使いごみ減量。
野菜本来の味を味わえるように調味料を少なくし、
体の芯から温まるようなスープになるようにショウガを入れた。