

ミルクスープ



材料（1人分）

小麦粉	小さじ 2
コンソメ	小さじ 1 / 2
牛乳	150 c c
キャベツ	1 枚
ベーコン	1 枚
塩こしょう	適量

作り方



①耐熱皿に小麦粉、コンソメを入れて、牛乳を少しずつ入れ溶かす。



②食べやすい大きさに切ったベーコンとキャベツを入れて軽く混ぜる。



③電子レンジ600wで3分加熱しよく混ぜてさらに1分～2分加熱する。



④最後に塩こしょうで味を整える。

ワンポイントアドバイス

・牛乳が苦手な子や牛乳アレルギーの子は豆乳スープにしてみましょう。