



ハンバーガーの余った
野菜で作りました！



野菜なんでもスープ

by 大垣桜高校食物科

～材料～ (2人分)

トマト 1/2 個

玉ねぎ 1/2 個

レタス 1 枚

*そのほか冷蔵庫にある野菜を使用するとよい

大根、人参、キャベツ、
ごぼう、きのこを入れ
てもおいしいです

ブイヨン 小 1/2 個

水 400ml

カレー粉 小 1/2

塩 胡椒 適量

～作り方～

- 1 野菜を1cmのさいの目に切る
- 2 鍋に玉ねぎを入れ、よく炒める
*塩を一つかみ程度加えて炒めるとよい
- 3 鍋に水、トマト、ブイヨンを加え10分ほどコトコト煮る
- 4 カレー粉、レタスを加え、塩・胡椒で味を整えたら出来上がり
*カレー粉は好みで増やしてもよい