

5月

# レタスとトマトの卵スープ



## この日の給食の 組み合わせ

- ・丸パン
- ・牛乳
- ・レタスとトマトの卵スープ
- ・照り焼きパティ
- ・ポイルきゃべつ



## 材料（4人分）

—食材—	—分量—
ベーコン	60g
ウインナー	60g
卵	2個
トマト	2個
レタス	120g
にんじん	1/3本
コーン	60g
パセリ	少々
コンソメスープ	10g
うすくち醤油	小さじ1
塩・こしょう	少々
水	適量

## 作り方

- ①トマトは、湯むきして1cmくらいの角切りにする。ベーコンは1cm幅、ウインナーは5mmの輪切りにする。
- ②レタスはざく切り、にんじんは3mmくらいのいちょう切り、パセリはみじん切りにする。
- ③湯をわかし、ベーコンを入れてアクをとり、にんじんを入れる。にんじんがやわらかくなったら、ウインナー・トマト・コーンを入れる。
- ④調味料を入れてからレタスを入れ、といた卵をまわしながら入れる。味を調べてパセリを入れて仕上げる。

## コメント

レタスとトマト、卵の色どりがきれいなスープです。トマトは火を通すとすっぱさがまろやかになり、生で食べるのとはまた違ったおいしさが味わえます。  
レタスは火を通しすぎないように、入れたら手早く仕上げるのがポイントです。  
トマトの旬の時期にぜひ作ってみてください。