

# 「パワーアップ! 朝ごはん」

寒い朝に 温かい野菜料理で!

## 餅入りミネストローネ

余ったお餅で  
できます。

〈材料 4人分〉

餅	4切れ	
にんじん	中1本	
大根	50g	
キャベツ	4枚	
ウインナー	4本	
ホールトマト	1/2缶	
調味料	コンソメ	1個
	塩・こしょう	少々
	砂糖	少々
	水	600g

〈作り方〉

- ① 餅、にんじん、大根は1cmの角切りに切り、キャベツは2cm角の色紙切り、ウインナーは1cmに切る。トマトは1cmの角切りに切る。
- ② 鍋に水とコンソメを入れ、にんじんと大根を煮る。
- ③ ②にキャベツ、ウインナー、トマトを入れ、塩・こしょう・砂糖を入れて味を調える。
- ④ 最後に餅を入れて煮る。

