

パワーアップ朝ごはん

『ウインナーと野菜のトマトスープ』

<材料 4人分>

ウインナー	100g
キャベツ	120g
玉ねぎ	100g
トマト	200g
コンソメ	4g
塩	小さじ1/5
こしょう	少々

<作り方>

- ① ウインナー、キャベツ、玉ねぎは、ひと口大に切る。トマトは2cm角くらいに切る。
- ② 鍋に①を入れ、コンソメ、トマト、水を入れて煮る。
- ③ 塩・こしょうで味つけする。

酸味が強いときは、かくし味に砂糖を加えるといいですよ！

