

# ささみスープ

## 【 材 料 】

		(1人分)
ささみ	...	15g
キャベツ	...	20g
葱	...	8g
人参	...	8g
片栗粉	...	2g
コンソメ	...	0.3g
塩	...	0.3g
醤油	...	2g
酒	...	2g

## 【 作り方 】

- ① ささみは茹で、割しておく
  - ② お湯を沸かし人参・キャベツを入れ、野菜が軟らかくなったら調味料を入れ味を調える
- ※ ①の茹で汁も②に加える（裏ごして入れる）
- ③ ②に①・葱を入れ、片栗粉でとろみをつけたら、出来上がり！

