

きゅうしょく

しょうかい

給食メニューのレシピを紹介します

今回ご紹介するのは、ABCスープです。ABCスープは、アルファベットの形をしたかわいいマカロニが入ったスープで、給食では人気のメニューです。

学校給食ではじゃがいもを入れたりすることありますが、具材はお好みで、鶏肉をベーコンやウィンナーに変えたり、好きな野菜を入れたりしてアレンジしてください。

エービーシー

A B C スープ

〇材料 (大人4人分)

鶏肉	小間切り	50 g
キャベツ	2枚	
にんじん	中 1/3本	いちよう切り
たまねぎ	中 1/2個	うす切り
アルファベットマカロニ	25 g	
食塩	小さじ1/3	
こしょう	少々	
しょうゆ	小さじ1	
コンソメ	固形1個	(約5 g)
水	3カップ	

つくり方

- 1 マカロニを固めに茹でておく。
- 2 お湯を沸かし、鶏肉を入れる。
- 3 野菜を入れ、あくをとる。
- 4 コンソメ、食塩、こしょう、しょうゆで味をつける。
- 5 マカロニを入れ、味をととのえる。

