

# 12月3日2年生



キャベツとソーセージの  
スープ  
大根とコーンのサラダ  
ご飯、ティラミス



## 【キャベツとソーセージのスープ】

<材料・2人分>

- ◎キャベツ 大1/4個 ◎じゃがいも 1個 ◎玉ねぎ 1/2個 ◎ベーコン 2枚  
◎フランクフルトソーセージ 2本 ◎サラダ油 大さじ1/2 ◎バター 大さじ1/2  
【A】◎水 300cc ◎固形スープの素 1/2個 ◎ローリエ 1/2枚 ◎塩 少々  
◎こしょう少々

<作り方>

- ① キャベツは4~8個のくし型に切り、じゃがいもは皮をむいて半分に切る。玉ねぎはくし型に切る。ベーコンは1/4の長さに切る。
- ② 鍋を熱してサラダ油とバターをなじませ、玉ねぎをしんなりするまで炒めて、ベーコンとじゃがいもを加えて炒め合わせる。
- ③ じゃがいもに油がなじんだらキャベツと【A】を加える。煮立ったら弱火にしてアクを取り除き、ふたをして30分煮込む。ソーセージを加えてさらに15分ほど煮て火を止める。

## 【大根とコーンのサラダ】

<材料・2人分>

- ◎大根 3cm ◎塩(もむ用) 少々 ◎ツナ缶 小1/2缶 ◎コーン 小1/2缶  
◎貝割れ菜 1/2パック ◎マヨネーズ 大さじ1 プレーンヨーグルト 大さじ1/2  
◎しょうゆ 小さじ1/2

<作り方>

- ① 大根は皮をむいて薄い輪切りにし、さらに千切りにする。塩少々を振って軽くもみ、10分ほど置き、サッと水洗いして水気を絞っておく。
- ② ツナ缶、コーンは汁気を切っておく。貝割れ菜は根元を切り落とし、サッと水洗いして水気をしっかり切る。
- ③ マヨネーズ、プレーンヨーグルト、しょうゆをよく混ぜ、①、②と和える。

## 【ティラミス】

<材料・2人分>

- ◎マスカルポーネチーズ 200g ◎砂糖 40g ◎卵黄 1個分 ◎ラム酒 大さじ1/2  
◎生クリーム 1/2カップ ◎ココアパウダー 適量

<作り方>

- ① ボウルにマスカルポーネチーズと砂糖を入れ、なめらかなクリーム状にする。
- ② 生クリームを角がたつまで泡立てる。
- ③ ①に卵黄を加えてさらによく混ぜ、白っぽいクリーム状になったら、生クリームを少しずつ加え混ぜる。ラム酒を加えてさらに混ぜる。
- ④ 器に流し入れ、冷蔵庫で冷やす。ココアパウダーを茶漉しに入れて振りかける。