



2月9日 2年生



ソーセージと野菜のスープ 切り干し大根のサラダ チーズクッキー ご飯

### 【ソーセージと野菜のスープ】

<材料・2人分>

◎キャベツ 大1/8個 ◎じゃがいも 1個 ◎玉ねぎ 1/2個 ◎ブロッコリー 1/4株

◎トマト 1/2個 ◎ベーコン 2枚 ◎ワサビソース 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 キャベツは食べやすい大きさに切り、じゃがいもは皮をむいて半分に切る。玉ねぎはくし型、トマトは2cm角に切る。ベーコンは1/4の長さに切る。ブロッコリーは小房に分け、下茹でする。
- ② 鍋を熱し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トマトを加え、[A]を入れる。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、仕上げにブロッコリーを入れる。

### 【切り干し大根のサラダ】

<材料・2人分>

◎切干大根 20g ◎ツナ缶 1/4缶 ◎ごま 適量

◎マヨネーズ 適量 ◎しょうゆ 適量 ◎砂糖 少々

<作り方>

- ① 大根は、水で戻し、よく洗い、適当な長さに切っておく。必要であれば、サッと湯に通す。
- ② 油を切ったツナと大根、ごま、マヨネーズ、しょうゆ、砂糖を和えて、器に盛る。

### 【チーズクッキー】

<材料・25個分>

◎バター 100g ◎砂糖 100g ◎クリームチーズ 150g

◎卵 2個 ◎薄力粉 300g ◎ベーキングパウダー 10g

<作り方>

- ① バターは室温に戻し、砂糖を入れて白くなるまで混ぜる。
- ② ①にほぐした卵を少しずつ加えて混ぜる。
- ③ ②にふるった薄力粉とベーキングパウダーを混ぜる。
- ④ 生地を等分して、サイコロ状に切ったクリームチーズを包み、230℃のオーブンで10分強焼く。