３月１１日　１年生

チーズクロワッサン　グリーンサラダ　具沢山コンソメスープ

【チーズクロワッサン】

＜材料・４人分＞

◎薄力粉　200ｇ　◎ベーキングパウダー　小さじ1　◎クリームチーズ　200ｇ　◎バター　5ｇ
◎砂糖　大さじ2　◎塩　小さじ1/2　◎牛乳　適宜（小さじ1程）　◎卵　1個　◎卵黄　1個分

＜作　り　方＞

① 薄力粉とベーキングパウダーをボールに合わせてふるい入れておく。
② クリームチーズ、バターを切り込み、よく混ぜ、砂糖、塩少々を加える。
③ 卵1個と牛乳を加え、ひと塊にしたら、ラップに包んで、冷蔵庫で20分ほど寝かせる。
④ 生地を平らにのばし、三角形に切り、端から巻いて形を整える。
⑤ 卵黄を塗り、180℃のオーブンで12分焼く。

【具沢山コンソメスープ】

＜材料・２人分＞

◎人参　1/6本　◎椎茸　2個　◎玉ねぎ　1/6個　◎インゲン　2本　◎ホールトマト　1/4缶
◎水　300ｃｃ　◎塩コショウ　少々　◎コンソメ　1個　◎ベーコン　1枚　◎ウインナー　1本

＜作　り　方＞

① しいたけ、玉ねぎは薄切り、人参は細切りに、いんげんは筋を取り、小口切りにする。
② ウインナーは斜め半分に、ベーコンは1ｃｍ幅に切る。
③ 鍋にコンソメ・水を入れ火にかけ、沸騰したらベーコン、野菜、トマトを入れる。
④ 野菜が柔らかくなったら、ウインナーを加え、塩コショウで味を整える。

【グリーンサラダ】

＜材料・２人分＞

◎トマト　1/2個　◎レタス　2枚　◎キュウリ　1/4本
◎酢　大さじ1　◎サラダ油　大さじ1　◎しょうゆ　大さじ1　◎砂糖　大さじ1/2

＜作　り　方＞

① トマトはくし型切り、キュウリは斜め切りにし、レタスは適当な大きさにちぎる。
② ドレッシングの材料を合わせ、きれいに盛り付けた①の上にかける。