

■かぼちゃのスープ



【材料・4人分】

| | |
|---------|--------|
| ・かぼちゃ | 正味280g |
| ・水 | 1カップ |
| ・スープの素 | 1個 |
| ・牛乳 | 2カップ |
| ・バター | 大さじ1 |
| ・塩・こしょう | 少々 |

【作り方】

1. かぼちゃは皮と種をとり、薄切りにする。
2. 鍋にかぼちゃ、水、スープの素、バターを入れて火にかけ、かぼちゃが軟らかくなるまで煮る。
3. 鍋の中で、お玉を使ってかぼちゃをつぶし、なめらかになれば牛乳を加えて少し煮、塩・こしょうで味をととのえる。

【ひとくちメモ】

よりなめらかにする場合は、ザルでこしたり、ミキサーにかけるとよい。