

大豆ときのこの豆乳スープ



材料 約4人分

ゆで大豆・・・50g	にんじん・・・30g
しめじ・・・50g	ベーコン・・・30g
えのき・・・50g	コンソメ・・・2g
しいたけ・・・40g	塩・こしょう・・・少々
だいこん・・・50g	水・・・・・・・・550 cc
たまねぎ・・・50g	豆乳・・・・・・・・80 cc

手順

1. 玉ねぎ・大根・しいたけ・人参・ベーコンは千切り（または角切り）
えのきは、いしづきをとって3等分に切る
しめじは、いしづきをとってほぐす
※大きければ、他の材料にサイズに合わせて切る
2. 鍋に水を入れ、ゆで大豆と①を入れ煮込む
3. 具材に火が通ったら、コンソメ、塩・こしょうで味付けし、火を消す
4. 豆乳を加える
※豆乳は、加熱しすぎると分離するので、気を付けましょう