

料理名		やまゆりポークとセロリの具だくさんスープ	
材料名	数量(4人分)	作り方	
○やまゆりポーク ひき肉	200g	① にんにくを刻み、やまゆりポークひき肉と炒める。 (オリーブオイル 大さじ1程度) ② にんじん・玉ねぎ・セロリを1cmほどのサイズに切り、 ①と共に炒める。 ③ 水とコンソメキューブを入れ、煮込んで完成。 ※飲食の際に、子どもたちはブラックペッパーやとろけるチーズをトッピングしています。	
○セロリ	茎の上～葉まで2本分		
○にんじん	中1本		
○玉ねぎ	中1個		
にんにく	2かけ		
オリーブオイル	大さじ1		
コンソメスープの素	キューブ3～4ケ		
水	1000cc		
		備考 <出来上がりイメージ・使用したかながわ産食材について> とにかく具沢山！食べるスープです！ やまゆりポーク以外は登録されていないですが、JAべじたべーなで販売している、ほぼ地元の食材を買って作っています。 セロリの茎はスライスして、いかくんと和えてレモンをかけて共に食べています。	



○かながわ産食材です。

1人あたりの栄養量(エネルギー169kcal たんぱく質10.1g)