

キャベツ



葉の緑が濃くて、みずみずしくつやのあるものが新鮮です。長期保存するには、芯をくりぬき湿らせた新聞紙でくるんで冷蔵庫へ入れてください。



お料理ママさん

※写真はイメージです。

使ったのは
この商品!



電子レンジで簡単!野菜スープ

調理時間
約5分

1人分
124kcal

電子レンジで簡単!野菜スープ

調理時間
約5分

1人分
124kcal

【材料/1人分】

カゴメ 野菜一日これ一杯	100ml
水	100ml
コンソメスープの素(顆粒)	2g
ウインナーソーセージ	1本
キャベツ	15g
ホールコーン(缶詰)	15g

【作り方】

- ①スープカップに「カゴメ 野菜一日これ一杯」と水を各100mlを注ぎ、コンソメ、お好みの大きさに切ったウインナーソーセージとキャベツ、コーンをいれる。
- ②かるくラップをかぶせ、電子レンジで温める。
(目安:500Wで2分。)