

チキンと野菜のスープ

Yasai Soup with Chicken



Enjoy! Jackie Allen's recipe.

Ingredients 【材料】

- チキンブイヨン 5カップと80cc (若しくは他の出汁とあわせるのも可: チキンブイヨン+かつおだし)
- ブラック・ペパー 小さじ 1/4 ~1/2
- にんじん (中) 1 ~2 輪切りにスライス
- たまねぎ 1/2個 厚めにスライス
- ジャがいも (小) 3個 一口大にカット
- ねぎ 3本 小口切り
- セロリ 1本 薄めにスライス
- にんにく 2かけ みじん切り
- おろししょうが ひとつまみ分
- カレー粉 小さじ 1/2
- タイム 少々
- えのき 1袋 (又はお好きなきのこでも可)
- 白菜 1/4個 ざくざり



※他にもお好みでこんなものを入れることができます。

米 (未調理のもの) 60cc分 / ショート・スタイルの Pasta とか マカロニ 60cc分 / いったん加熱したあと割いたチキンをカップで1と1/4弱

Directions 【作り方】

1. スープ用の鍋を強火にかけ、ブイヨン、ブラック・ペパー、にんじん、たまねぎ、セロリ、ジャがいも、にんにく、ねぎを煮ます。
2. 残りの調味料を加え、白菜、えのき、他にもお好みでチキン、米、Pastaを加えてください。
3. 火を弱火~中火にして、12~15分若しくは米やPastaが柔らかくなるまで加熱します。

© 2009. Allen International Inc. All Rights Reserved.



夢を現実に アレン・インターナショナル

<http://www.jackieallen.jp>

レシピの無断複製及び商用利用はご遠慮下さい。