

◎野菜マッシュユ(にんじん・たまねぎ編)



《材料》

- ・野菜スープからのにんじん・・・10～15g
- ・ " たまねぎ・・・10～15g
- ・野菜スープ・・・少々

ステップ1



にんじんは包丁の先でつぶしながらペースト状にする。

<Point>なめらかになるまで。

ステップ2



たまねぎは繊維があるため、包丁でのマッシュが難しければこし器を使用する。

ステップ3



それぞれ鍋に入れ、野菜スープを加えて一煮立ちさせたら出来上がり。

<Point>水溶き片栗粉(粉1:水2)でトロミを付けるとよりなめらかになる。フリージングOK。