



## 学校給食 レシピ

# トマトとたまごのスープ

フレッシュトマトの甘みでおいしさアップ!



ni - 12

### 材料<4人分>

トマト・・・中1コ  
ベーコン・・・2枚  
玉ねぎ・・・中1/2コ  
ホールコーン・・・30g (大さじ2)  
たまご・・・2コ  
中華スープの素・・・小さじ1



#### 【一口メモ】

いろいろに、ねぎやほうれん草などを入れると、見た目も栄養価も、さらにグレードアップします。また、中華スープの素をコンソメにかえてもおいしく仕上がります。

### 作り方

①玉ねぎは7mm程度の幅に切る。ベーコンは1cmの短冊に切る。トマトは、ヘタをとり、1.5~2cm角に切る。たまごは、割りほぐしておく。

②なべに、500cc程度の水を入れ火にかけて、玉ねぎ、ベーコン、コーンを入れ煮る。

③②にトマトを入れ、中華スープの素で味をつける。

④沸騰したら、混ぜながら少しずつたまごを入れ、ひと煮立ちしたらできあがり。

#### 【給食献立】

ご飯 まぐろの甘酢がらめ もやしの香味和え トマトとたまごのスープ

近江八幡市学校給食センター