

## トマ玉スープ

\*材料\* (1人分)

トマト	20g
玉ねぎ	10g
人参	5g
しめじ	6g
ベーコン	5g
卵	10g
枝豆	6g
うすくちしょうゆ	3g
鶏ガラスープ	適量
水溶き片栗粉	適量



\*作り方\*

- ① トマトは湯むきをして角切りにし、玉ねぎは角切りに、人参はいちょう切りにする。  
しめじはほぐし、ベーコンは1センチ幅に切る。  
枝豆はゆでてさやから出しておく。
- ② 鍋に鶏ガラスープを入れ、人参、玉ねぎを入れて煮る。しめじ、ベーコンも加えて、火が通ったらトマトを加えてしょうゆで味付けする。
- ③ 水溶き片栗粉でとろみをつけ、卵をかきたまにして入れる。  
器に盛り、枝豆を入れる。