

# 南瓜濃湯



南瓜濃湯 (\*'▽'\*)

材料

南瓜 200g

牛乳 100g

塩 少々

## 作り方

1. 南瓜を1/8カットし200gを切る

2. 牛乳を1/2カットし100gを切る

3. 塩を10g加える

4. 1.5倍量を加える

5. 1.5倍量を加える

6. 1.5倍量を加える

7. 1.5倍量を加える

南瓜と玉ねぎの準備

南瓜は皮を剥き、種を取り、600Wのレンジで2分30秒加熱し、2cm程度の角切りにする。玉ねぎは皮を剥き、半月切りにする。



① 鍋にバターを溶かし、玉ねぎを炒める。

② 玉ねぎが透き通ると、南瓜を加えて炒める。





オニオンを炒める(オニオン1と1/2カップ、油3/4杯) 炒め終わったら、オニオンを炒め、

オニオンを炒め、オニオンを炒め、オニオンを炒め、オニオンを炒め、オニオンを炒め、



□

□



