

## トマトとキャベツのスープ

合計加熱調理時間 約 20分

[1人分：86kcal/ 食塩相当量：0.9g]

とろとろのトマト、シャキシャキのキャベツに  
スープの旨みがたっぷり染み込む一品。



## 材料（10人分）

<材料a>	
キャベツ（ざく切り）	400g
ベーコン：塊（幅1cmに切る）	100g
オリーブオイル	大さじ1
コンソメ：固形（細かく刻む）	3個
水	1000cc
トマト	1000g
粉チーズ	5g
パセリ（みじん切り）	適量

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

## 分量

10人分

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	100%	20分	160℃

## 下ごしらえ

- ・トマトは6等分のくし型にして長さを半分に切る。

## 作り方

1. 65mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れて【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱開始から5分後、一旦取り出してトマトを加え、フタをしてスチコンに戻し入れる。
3. 器に盛り、粉チーズ、パセリを振る。

**調理ポイント** ◆トマトの大きさにより、切り方を変えること。