

## たまねぎのポタージュ（病院食：副菜）

合計加熱調理時間 約 **30分**

[1人分：98kcal／食塩相当量：0.5g]

とろっとマイルドな口当たり。  
たまねぎの優しい甘みが詰まったスープです。

## 栄養素（1人分）

●たんぱく質：2.6g ●脂質：5.1g ●炭水化物：11.1g ●注目したい栄養素：カリウム、カルシウム



## 材料（15人分）

[ ]は1人分相当量です

<材料a>		
タマネギ	1500g	[100g]
バター	40g	[2.6g]
塩	6g	[0.4g]
牛乳	700g	[46g]
生クリーム	40g	[2.6g]
こしょう	少々	[少々]
イタリアンパセリ	7.5g	[0.5g]

※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

15人分

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	—	30分	100℃

## 下ごしらえ

- ・タマネギは繊維を断つように薄切りにする。

## 作り方

1. 65mmのホテルパン1枚に<材料a>を並べ、よく混ぜ合わせて【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 粗熱を取り、牛乳を加えてなめらかになるまでミキサーで攪拌し、鍋に移してひと煮立ちさせる。
3. 器に盛り、生クリームをそそぎ、こしょうを振り、イタリアンパセリを添える。