

山口県 エシカルレシピコンテスト



エシカルなPOINT

- 地産地消の食材を使用。

Ethical
Recipe

エシカルトマトスープ

【作り方】

- ① 玉ねぎをみじん切りにする。
- ② ジャガイモ、人参を食べやすく小さく切る。
- ③ ソーセージを一口大に切る。
- ④ 鍋に油を引き、玉ねぎ、ソーセージを炒める。
- ⑤ ④に人参、ジャガイモ、カットトマト、水を加えて野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ⑥ 火を止め、味噌を溶き入れる。
- ⑦ 器に盛ってパルメザンチーズ、パセリをふりかける。

材料(1人前)

鹿野ファームソーセージ	……1本
玉ねぎ	……60g
ジャガイモ	……50g
人参	……50g
カットトマト缶	……80g
シマヤ味噌	……小さじ1
パルメザンチーズ	……小さじ1
パセリ	……少々
油	……小さじ1
水	……適量

エシカル
ツナガル
山口県