

# 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

## 9年間ありがとう！ ～県酪牛乳のミルクスープ～

### 【作り方】

- ① 枝豆を茹でる。
- ② 人参、大根の皮をむき、半月切り又は輪切りにする。
- ③ もやし、きゅうり、しめじを洗い、きゅうりは厚めの斜め切り、しめじは石づきを切り落とす。
- ④ ベーコンを短冊切りにする。
- ⑤ 鍋に油を引き、②③④を入れて炒める。
- ⑥ 水、コンソメ、牛乳を入れて人参が柔らかくなるまで煮たら、器に盛り付ける。
- ⑦ さやをむいた枝豆をのせる。
- ⑧ 冷蔵庫で冷やす。

### 材料(1人前)

牛乳	155g
コンソメ(顆粒)	小さじ1.5
油	大さじ1
水	350g
人参	20g
もやし	30g
きゅうり	40g
ベーコン	15g
しめじ	25g
枝豆	3房
大根	50g

エシカル  
ツナガル  
山口県