

# ロールキャベツ風スープ

## 材料:4人分

(冷) ミートボール	・・・	100g
たまねぎ	.....	80g
キャベツ	.....	200g
トマト(角切り) 缶	・・	120g
トマトケチャップ	・・	大さじ1強
コンソメスープのもと	・	小さじ2
水	.....	160ml
塩	.....	少々
洋こしょう	.....	少々

学校給食の分量です。ご家庭で作る場合は分量の調整をしてください。

## 作り方

- ① たまねぎは短冊切りにする。
- ② キャベツは3cm角切りにする。
- ③ 湯を入れ、ミートボールを入れ、煮る。  
(ミートボールは凍ったまま使用する。)
- ④ あく、油をとり、たまねぎ、トマト、キャベツ、コンソメスープのもとを入れ、煮る。
- ⑤ 調味し、煮る。
- ⑥ 塩、洋こしょうで味をととのえる。