



## グリーンポタージュ

### 材料 4人分

ブロッコリー (※茎以外の柔らかい花蕾の部分を使います)	50g
じゃがいも	200g
玉ねぎ	50g
【A】 塩	ふたつまみ
【A】 水	300ml
【A】 バター	10g

生クリーム	100ml
固形スープの素	1/2個
塩・こしょう	適量
ラディッシュ・チャービル	適量

### 作り方

- 1 ブロッコリーは小房にわける。じゃがいもと玉ねぎは薄切りにする。容器に①の野菜を入れて【A】を加えフタをする。
- 2 電子レンジ（500W）で8分加熱し、2分蒸らす。※（1000W）で5分
- 3 安全目視フロートが下がっていることを確認し、フタを開ける。
- 4 ミキサーに取り出した野菜を汁ごと入れ、なめらかになるまで攪拌する。
- 5 ④を容器に入れて生クリームと固形スープの素を入れて混ぜる。フタをしないで電子レンジ（500W）で約1分加熱する。
- 6 取り出して混ぜ、塩・こしょうで味を調える。器に盛ってラディッシュの薄切りとチャービルをのせる。