



## ブロッコリーのスープ

材料 (4人分)

ブロッコリー	150g
カリフラワー	150g
水	100mℓ
牛乳	400mℓ

A	バター	15g
	固形スープの素	1/2個
	塩・こしょう	適量

フタ：浅鍋  
本体：深鍋



作り方

- 1 ブロッコリーとカリフラワーは、一口大の大きさに切る。
- 2 深鍋に1の野菜を入れ、水を加えて浅鍋でフタをし、中火にかけ2分30秒～3分加熱する。沸騰したら弱火にし、7～8分加熱する。柔らかくなっていたら木べらなどで細かくつぶす。
- 3 牛乳を加えて再び弱火にかけ、煮立つまで混ぜながら煮る。とろ火にしてフタをし、2分ほど加熱して、Aを加え味を調える。