

とっても
簡単！！

冷製コーンスープ

材料 4人分

- ・とうきび 2本
- ・牛乳 400cc
- ・コンソメ 1個
- ・ローリエ 1枚
- ・塩・胡椒 少々
- ・パセリ 少々



作り方

- 1・とうきびは皮を剥き良く洗い、おろし器で粒の部分をおろす。
- 2・鍋に卸したとうきびと、牛乳、コンソメ、ローリエを入れ火にかける。
- 3・焦げやすいので鍋底を木ヘラで混ぜながら、沸騰させない程度に温める。
- 4・5分位火にかけたらローリエを取り出し、塩・胡椒で味を調える。
- 5・よく冷やし、器に盛ってパセリを散らす。



延山会 西成病院 2012.8