

キャベツのオリジナルレシピ 応募用紙

料理名	キャベツのうまみたっぷりスープ
氏名	宮崎柚羽



アピールポイント

キャベツを下ゆでしたものをスープとして利用することで、キャベツ独特の甘みが出ています。

また、ギョーザのタネの中にキャベツの芯を入れることで、シャキシャキ感がうまれ、ギョーザの皮のモチモチ感とマッチし、2種類の食感が楽しめます。

そして、スープをカレー味にしたり、中にチーズを入れたり、組み合わせる材料によっていろいろな姿を見せてくれます。

材料・分量（4人分）	作り方
<ul style="list-style-type: none"> ・水 150×4 (600cc) ・コンソメ 8g ・キャベツ 4枚 ◎ (スープ具材) <li style="padding-left: 20px;">〔 にんじん 50g ベーコン 30g ◎ギョーザのタネ <li style="padding-left: 20px;">〔 ひき肉 150g しいたけ 1コ ・こしょう 少々 ・塩 少々 ・ギョーザの皮 12枚 	<ol style="list-style-type: none"> ①キャベツをコンソメ、塩が入った水でサッとゆでる。 ②①でゆでたキャベツを取り出し、キャベツの芯を取る。取り出したキャベツはギョーザに使用する用とスープに使用するものに分ける。 ③スープに使用するキャベツと◎を一口サイズに切り、①に入れて煮込む。(スープ完成) ④ボウルに◎と②で取ったキャベツの芯を細かくして入れ、混ぜる。塩、こしょうで下味をつけておく。 ⑤ギョーザの皮→ギョーザで使用するキャベツ→④の順に置き、あとはギョーザを作る要領で包んでいく。 ⑥⑤でできたギョーザをスープに入れ、中に火が通れば完成。