

## きのこのスープ

### 材料 (4人分)

きのこミックス (冷凍)	1 単位・300g
たまねぎ	1/4 個
ベーコン	3 枚
水	4 カップ
固形スープの素	1 個
粉チーズ	大さじ 1と1/2
パセリのみじん切り、 塩・こしょう	各少々

### 作り方

- ① たまねぎは薄切り、ベーコンは幅1cmに切る。(細切り)
- ② 鍋に水、固形スープの素を入れて中火で熱し、沸騰したらきのこ(冷凍)、たまねぎ、ベーコンを加える。  
3~4分煮てきのこが解凍してしんなりしたら、塩・こしょうで調味する。
- ③ 器に盛り、粉チーズ、パセリのみじんぎりをふる。

## 使用する野菜の冷凍方法

きのこミックス：しめじ(1パック・100g)、  
エリンギ(2本・100g)、しいたけ(6枚・100g)

- ① しめじは石づきを切り落とし、小さめの小房に分ける。  
エリンギは長さを半分に切り、縦半分に切り、厚さ7~8mmに切る。  
しいたけは石づきを切り落とし、かさの部分の厚さ7~8mmに切る。
- ② 冷凍用の保存袋に入れて空気をぬきながらジッパーを閉じて平らにし、  
(できれば金属製のバットにのせて)冷凍庫で冷凍する。  
\* おいしく食べられる保存期間の目安は冷凍庫で1ヶ月くらい。

### 2ステップで冷凍

おいしく食べられる保存期間>約1ヵ月

#### しめじ



しめじは石づきを切り落とし、小さめの小房に分ける。



冷凍用保存袋(中)に入れ、空気を抜きながら口を閉じて平らにし、できれば金属製トレイにのせて冷凍する。

#### エリンギ



エリンギは長さを半分に切って、5mm厚さに切る。



冷凍用保存袋(中)に入れ、空気を抜きながら口を閉じて平らにし、できれば金属製トレイにのせて冷凍する。

