

「基本の野菜スープ」に肉や魚、調味料を足してさらにパワーアップ！



鶏そぼろ入り カレー風味スープ

1杯分	たんぱく質	食塩相当量
152 kcal	12 g	0.1 g

カレー風味のピリ辛スープで
食欲アップ！



材料(1人前)

- 基本の野菜スープ…300ml
- 鶏そぼろ肉…60g
- カレー粉…小さじ1
- 塩(お好みで)…少々
- 糸唐辛子(お好みで)…少々



作り方

- ①鍋にスープを熱し、鶏そぼろ肉を入れる。
- ②3～4分程加熱し鶏そぼろ肉に火が通ったら、カレー粉を加える。お好みで塩少々を加え、糸唐辛子を添える。