

汁物・スープ

つめたいトマトスープ

[1人分] エネルギー：29kcal 塩分：1g



材料 [2人分]

- トマト：1個
 - セロリ：1/2本
 - 玉ねぎ：1/6個
-
- 水：40ml
 - バルサミコ酢：小さじ1
 - 塩：少々
 - こしょう：少々
 - ミニトマト：2個
 - バジル：少々

作り方

1

セロリは筋を取ってからざく切りに、ヘタを取ったトマトと玉ねぎもざく切りにします。

2

"1"と水と一緒にミキサーにかけます。バルサミコ酢、塩、こしょうで味を調えて冷蔵庫で冷やします。

3

器に盛り、刻んだミニトマトとバジルを飾ります。