

汁物・スープ

トマトと青しその簡単スープ

[1人分] エネルギー：7kcal 塩分：0.8g



材料 [6人分]

- トマト：1個
- 青しそ：6枚
- 洋風だしの素：1袋
- 塩・こしょう：少々
- 水：5カップ

作り方

1

トマトは湯むきして、角切りにします。

2

青しそは細かい千切りにします。

3

分量の洋風だし汁を煮立て、「1」と「2」を入れて煮ます。

4

塩・こしょうで味を調えてできあがりです。