

コーンスープ



疲れた体に効くスープ。

ファインの玄米スープと野菜スープには疲労回復に効果的な栄養素がたっぷり。特に玄米に含まれるオクタコサノールやネギに含まれるアリール化合物は注目の成分です。そのままでは食べづらい玄米も野菜スープとミルクでおいしさアップ。ビタミン・ミネラル・鉄分など、栄養不足を感じたらこのスープがオススメです。

材料(2人分)

- ・ファイン玄米スープ / 1袋
- ・ファイン野菜スープ / 1袋
- ・コーン缶 / 適量
- ・牛乳 / 360cc
- ・お湯 / 少量
- ・パセリ / 適量 (お好みで)
- ・生クリーム / 適量 (お好みで)

作り方

- ①玄米スープ1袋に野菜スープ1袋を鍋に入れる。少量のお湯で溶かす。
 - ②牛乳を少しずつ入れ弱火でかき混ぜ、コーンを入れる。
 - ③お皿に盛りつける。(お好みで、生クリームとパセリを入れる。)
- ※少し濃いようでしたら、牛乳と水で味を調整して下さい。

