今までの
レシピ集はこちら

かんたん レシピ

Let's cook!

福島の寒い冬をほっこり温める
鮭味噌チャウダー

手作りスープとカレーの専門店「mom cafe」で人気のメニューを、家庭でもつくりやすいようにアレンジしてご紹介。煮込み時間が少なくて済むよう、火の通りやすい野菜を選びました。

mom cafe（マムカフェ）

福島市栄町11-25　アックスビル1階
TEL024-563-5582
営業時間／11:00～18:00
定休日／日曜日

作り方

❶鍋にバターを溶かし、角切りにしたタマネギ、白菜を入れてタマネギが透き通るまで炒める。
❷食べやすい長さに切ったインゲンと小麦粉を加えてよく炒めたら、混ぜながら水を少しずつ加え、固形コンソメを入れる。
❸野菜が柔らかくなったら、牛乳と鮭（汁ごと）を加えてひと煮立ちさせる。味噌、塩を加えて味をととのえる。
❹器に盛り付けて、パセリのみじん切りを散らして完成。

材料（4人分）

タマネギ	1個
白菜	3枚ぐらい
インゲン	8本
鮭の缶詰め	1個
バター	20g
小麦粉	大さじ2
水	400ml
固形コンソメ	1個
牛乳	400ml
味噌（みそ）	大さじ1
塩	少々
パセリのみじん切り	適宜

Point

◎炒める時に焦がさないように注意（出来上がりが茶色になってしまいます）。
◎お好みでパルメザンチーズや生クリームを入れると一層クリーミーに。
牛乳の代わりに豆乳を使ってもおいしくできます。