

材料（1人分）



カレースープ

カレー味で、ビタミン補給はバッチリです。

キャベツ	20g
トマト	1/6 個
たまねぎ	1/8 個
コンソメ	少々
カレールー	小さじ1



トマト、キャベツは角切り、たまねぎはうすく切る。



耐熱カップにカレールーとコンソメを入れ、お湯で溶かしておく。①のやさいを加える。

電子レンジで加熱する。



できあがり!

