

豆腐と野菜の食べるスープ。

豆腐の ミネストローネ風

材料

- ・豆腐（きぬでも、もめんでも）
- ・お好み野菜（玉ねぎ、人参、セロリ等の冷蔵庫にある残り野菜）
- ・にんにく
- ・オリーブオイル
- ・塩 / こしょう / 顆粒コンソメ
- ・粉チーズ（お好みで）

作り方

- 1 お好み野菜を1cm角位の大きさに切る。
- 2 お鍋にオリーブオイルをひき、にんにくを炒める。にんにくの香りがたってきたら、1のお好み野菜を全て入れて軽く火を通す。
- 3 2にトマトジュースと顆粒コンソメを加え、野菜が柔らかくなるまで煮込み、最後に1cm角に切った豆腐を入れて、塩と胡椒で味を調える。

