



# オリパラ給食レシピ



## アートソッパ

(えんどう豆のスープ)

本来は、黄えんどう豆  
で作ります。

### 《スウェーデン》

材料名	1人分
黄えんどう豆 (冷凍グリーンピース)	40 g
玉ねぎ	20 g
ウィンナー	30 g
おろしにんにく	0.02 g
水	120 g
ガラスープ	40 g
オリーブ油	1 g
塩	0.5 g
カレー粉	0.2 g
ローリエ(粉末)	適宜



赤字は給食会に取扱いのある商品です。



### 作りかた

① 鍋にオリーブ油を入れ、にんにくと玉ねぎを炒める。  
ウィンナーと、カレー粉を入れて炒め、グリーンピース、水、  
ローリエを入れて煮る。

② ガラスープを入れ塩を入れて仕上げる。

