



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



えびの高原のスモークドビーフで スモークドビーフと豆のスープ



一人あたりのエネルギー	食塩相当量	調理時間
70kcal	1.2g	約15分

この表示値は目安です

■材料（4人分）

えびの高原 スモークドビーフ.....1パック
市販の蒸しサラダ豆.....70g
白菜.....200g
A コンソメ(顆粒).....小さじ2
水.....720ml
粗挽き黒こしょう.....少々

■作り方

- ①白菜は食べやすい大きさに切る
- ②鍋にAを入れて加熱し、①、スモークドビーフを加え、
①が煮えたらサラダ豆を加える
- ③器に盛り、黒こしょうをふる



春雨を入れても美味しくいただけます。

cooking memo