

かぼちゃの冷製スープ



4人分

かぼちゃ（種・皮をとって） 160g
たまねぎ 50g
バター 適量
アーモンド 7粒
牛乳 150cc
水 200cc
コンソメ キューブで1/2個
塩 ひとつまみ
シナモン お好みで

- 1) かぼちゃとたまねぎは薄切りする。バターで焦げないように炒める。
- 2) 水を入れてかぼちゃがやわらかくなるまで煮る。
- 3) ミキサーに、牛乳、砕いたアーモンド、かぼちゃをいれ滑らかになるまでまわす。
- 4) お鍋に移し、コンソメ、塩を入れて沸騰直前まで温める。お好みでシナモンを混ぜる。