

♡ ズッキーニとじゃがいものカレースープ

30kcal



材料(2人分)

ズッキーニ…1/4本
じゃがいも…1/2個

【A】

水…300ml
顆粒コンソメ…小さじ1

カレー粉…小さじ1

作り方

- 1 ズッキーニは輪切りにする。じゃがいもは皮をむき、約1cm角に切る。
- 2 鍋に【A】とじゃがいもを入れて火にかける。煮立ってきたら弱火にして、カレー粉とズッキーニを加え、4～5分程煮る。