

お店では買えない
特別なカゴメです。
健康直送便



「毎日飲む野菜」+モロヘイヤ+トマトのスープ



調理時間：約10分

エネルギー（1人分）：115kcal

材料：（2～3人分）

「毎日飲む野菜」（160g）・・・2缶

鶏ひき肉・・・100g

モロヘイヤ・・・1/2束（葉をつみ取りゆでて刻む）

トマト・・・1/2個（さいの目切りにする）

にんにくのみじん切り・・・少々

顆粒スープの素・・・小さじ1/2～1

オリーブ油・・・小さじ1

塩・こしょう・・・適宜

作り方：

1. にんにくとオリーブ油を熱する。
2. 香りがたったら鶏ひき肉を加えぼろぼろになるまで炒めて「毎日飲む野菜」と顆粒スープの素を加える。
3. 煮立ったら、モロヘイヤとトマトを加え、塩・こしょうで味をととのえる。

メモ



このレシピは「毎日飲む野菜」を使っています。

カゴメ健康直送便の商品はお電話でもご注文いただけます

 **0120-719-899**

（承り時間：毎日9:00～21:00）

（12/30～1/3の期間を除く土・日・祝日も承ります。）

Copyright © 2010 KAGOME CO., Ltd. All rights reserved.