

Q18 オススメ簡単レシピのご紹介

A18 シャウエッセンのポトフを作ってみましょう!



シャウエッセンの野菜たっぷりポトフ風鍋

シャウエッセンの旨みがお鍋をさらに美味しく♪

🔥 エネルギー	335kcal
🧂 食塩相当量	2.2g
🕒 調理時間	10~25分

※エネルギー、食塩相当量は1人分の値です。

材料(4人分)

シャウエッセン®	2袋
A ジャガイモ(皮をむいて1/2カット)	4個
A 人参(皮をむいて1cm幅の輪切り)	1/2本
A かぶ(皮をむいて6等分にくし切り)	4個
B キャベツ(4~5cmのざく切り)	1/2個
B マッシュルーム(1/2カット)	1パック
B フルーツマト(皮を湯むき)	4個
クレソン	1束
水	具材がかぶるくらいの量
固形コンソメ	2個
塩・こしょう	適宜

作り方

- 鍋に **A** を入れて水を張り、強火にかけて煮る。
- 具材に火が通ったら **B** も加えてコンソメと塩・こしょうで味をととのえる。
- シャウエッセンとクレソンを加え、3分間煮立てたら火を止める。

おすすめレシピはこちらから ▶

