



## トマトのパンケーキ+コーンスープ



### ● トマトのパンケーキ

材料(2人分)

ホットケーキミックス	120g
卵	1/2 個
ウィンナー	2 本
ミックスベジタブル	40g
トマトジュース	90ml
油	適宜

【作り方】

① ウィンナーは輪切りにする。卵は割りほぐしておく。  
② ボウルに、ホットケーキミックス、トマトジュース、①、ミックスベジタブルを入れて混ぜ合わせる。  
③ フライパンに油を熱し、②の生地を焼く。  
(ホイルカップに入れて、オーブンで焼いてもOK)  
※ トマトジュースを、牛乳、野菜ジュースなどで代用してもOK! 刻んだ野菜を入れてもおいしいです。



### ● コーンスープ

材料(2人分)

コーン缶 (クリームタイプ)	1 缶(180g)
牛乳	200ml
コンソメ	1/2 個
こしょう	少々
パセリ	少々

【作り方】

① 鍋にコーン缶、牛乳、コンソメを入れて混ぜ、火にかけて温めて、こしょうで味を調える。  
② 器に注ぎ、パセリのみじん切りを添える。