



【材料】（4人分）

白菜	1/2 株
コーン粒缶	1 缶（225g）
固形スープの素	1 個
塩・こしょう	少々

【作り方】

- ①白菜の軸は細切り、葉はざく切りにする。
- ②鍋に白菜を入れ、コーンを缶汁ごと加え、固形スープの素をつぶして入れる。
- ③強火で 10 分ほど煮て、塩・こしょうで味をととのえる。