

## 【シャンピニオンクリームスープ】

一人当たり分量は、小学3、4年生の提供量

材料	分量（4人分）
マッシュルーム(生)	100g
じゃが芋	80g
玉ねぎ(粗みじん切り)	50g
バター(有塩)	10g
生クリーム(乳脂肪35%)	70g
チキンブイヨン	320g
塩	小さじ2分の1弱
こしょう	少々

〈チキンブイヨン〉 ※4人分	
鶏ひき肉（もも肉）	110g
水	400ml



学校で提供した  
シャンピニオンクリームスープ

シャンピニオンは、  
フランス語で  
マッシュルームの  
ことです。

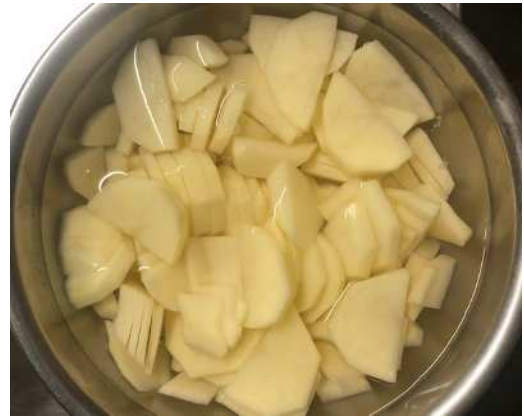
### 【作り方】

《シャンピニオンクリームスープ》

- ①マッシュルーム、玉ねぎは、粗みじん切りにする。【写真A】
- ②じゃが芋は小口切りにする。【写真B】
- ③鍋にバターを入れて火にかけ、焦がさないように玉ねぎ、マッシュルームを炒める。  
【写真C、D】
- ④③にじゃが芋を加えて炒める。【写真E】
- ⑤④に生クリームを加え、しっかりと沸騰させる。【写真F】
- ⑥⑤をミキサーにかけてポタージュ状にする。【写真G】
- ⑦⑥を鍋に戻し、チキンブイヨンを加えて沸騰させ、塩・こしょうで味を調える。

### 《チキンブイヨン》

- ①鍋に鶏ひき肉を入れ、分量の水を加えながら肉をほぐす。【写真H】
- ②①を火にかけ、沸騰したら中火の弱火にしてアクを取りながら15分から20分煮る。  
【写真I、J】
- ③スープをこす。【写真K】



【写真A、B】マッシュルームと玉ねぎは、粗みじん切り、じゃが芋は小口切りにする。  
写真のじゃが芋は、メークイン。さらっとしたスープに仕上がる。



【写真C】玉ねぎは、中火で透き通るまで焦がさないよう、じっくり炒める。



【写真D】玉ねぎを炒めたところにマッシュルームを加え、炒め合わせる。



【写真E】じゃが芋が透き通るまで、焦がさないように炒め合わせる。



【写真F】生クリームを加えたら、しっかり沸騰させると生クリームの臭みが抜ける。





【写真G】ミキサーにかけて、滑らかなスープにする。

### 《チキンブイヨンの取り方》



【写真H】鶏ひき肉に、少しずつ水を加えてほぐす。



【写真I】鶏ひき肉は、火が通ると浮き上がってくるので、ほぐしながら加熱する。



【写真J】アクを丁寧にすくい取りながら、15～20分煮る。ざるにペーパータオルをしき、漉す。



【写真K】スープをこした状態(チキンブイヨン)。残った鶏ひき肉は、玉ねぎと人参のみじん切りと合せてバターで炒め、白ワインを加えて蒸し煮して塩・こしょうで調味すると、ピラフやオムレツ等の具に使うことができる。