

なんでも



冷蔵庫の残り野菜で作る。使い切る事で食費もムダなく！



○材料（4人分を目安としています）

- ・冷蔵庫の残り野菜（キャベツ、じゃがいも、玉ねぎなど） 300～400g
- ・冷蔵庫の残り肉（豚こま、鶏ももなど） 200g
- ・顆粒コンソメ 小2
- ・カットトマト缶（400ml）1缶
- ・水 400ml
- ・チーズ 適量



○作り方

- ① 冷蔵庫の残り野菜を食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋に肉→あれば根菜類→あれば葉野菜の順にいれる。
コンソメ、トマト缶、水を入れ、15分ほど煮る。
- ③ とろけるチーズ（あればカマンベールチーズ 1つ）を入れ、
弱火で5分煮る。

※ ♪には「早茹でペンネ」がおすすめ！
そのまま3分茹でれば完成

