

## 「美山牛乳ホエー鍋」

ホエー 1ℓ

白味噌 100 g

鶏がらスープ 23 g

ブラックペッパー

※ ホエーを鍋にかけ、がらスープ・白味噌を溶かす

お好みの野菜やお肉をいれて 仕上げにブラックペッパーを振  
る

※お鍋の仕上げは、ご飯とチーズとドライパセリでリゾットに

例

丹波美肌豚・海老

白菜

丹波大粒しめじ

葱

豆腐

芽キャベツ

ブロッコリー

カリフラワーなど

チーズ・ごはん・ドライパセリ

「京都丹波ボルシチ鍋」

ビーツ 2個

ホールトマト缶 (200g)

水 1ℓ

ビーフコンソメ 23g

にんにく (おろし) 小さじ1杯

ミックススパイス (マジックソルト等)

ビーツ生なら皮をむいて輪切りにし やわらかくなるまで

煮詰める。(水煮でも可能) ホールトマトを軽くつぶして

ビーフコンソメをビーツを煮詰めた液にすりおろしにんにく入れて

お好みでミックススパイスをいれる。お好みの野菜や肉をいれてお

召し上がりください。仕上げはうどんでは、なくパスタを入れてく

ださい。

丹波美肌豚・海老

白菜

丹波大粒しめじ

葱

プチトマト

ロールキャベツ

ブロッコリー

ウィンナーなど

パスタ・粉チーズ

