

◇とうもろこしのスープ

〈材料〉 4人分

| | |
|----------|------|
| とうもろこし | 2本 |
| 水 | 300g |
| コンソメの素 | 1個 |
| 牛乳 | 200g |
| 塩、胡椒 | 少々 |
| パセリ、クルトン | |

〈作り方〉

1. とうもろこしは包丁で実を外す。
芯は3~4つに切る。
2. 鍋に水、コンソメの素、芯、実を入れ火にかける。
沸騰したら弱火にし、15~20分煮込む。
3. 芯を取り除き、残りは汁ごとミキサーで攪拌し、漉す。
鍋に戻し、牛乳を加え、塩、胡椒で味付けする。
4. 器に盛り、クルトンとパセリをふる。

◇とうもろこしの味噌汁

〈材料〉

とうもろこし（皮、ひげ付き）
好みの味噌汁の具材、好みの味噌

〈作り方〉

1. 鍋に水を入れ、その中にとうもろこしの芯、皮、ひげを入れ火にかける。
20~30分煮出し、煮汁は漉しておく。
2. 1のだし汁をベースに、好みの味噌汁を作る。