

最優秀賞 | 愛情満菜 かぶポタージュ

スープにまつわるエピソード

柏に嫁いで17年、今ではすっかり柏になじんだ私。母のカルシウム不足と咀嚼力の低下を心配し、牛乳たっぷり具材を食べやすく切ったこのスープを考えました。柏の三大野菜（こかぶ、坊主知らずネギ、ほうれん草）を使ったスープを母も気に入ってくれると思います。

最優秀賞 受賞者インタビュー

遠方に住む母とは、年2回会っています。母は、人をもてなすことが好きで、いつもおいしい料理を作ってくれていました。しかし、目を患ってからは、料理ができずとても悔しく感じているようです。

私が実家で暮らしていた頃は、母に料理を作ることはありませんでしたが、今では帰省のたびに母のためにたくさんの料理を作っています。そんな私の料理を喜んで食べてくれる母。母がいつまでも元気で過ごせるよう、栄養面や食べやすさを考え、このスープを作りました。このスープを通して、母を大切に思う気持ちを伝えられたらと思います。



獲得点数

132.5点 /150点



入賞作品 | 最優秀賞レシピ

材料 (2人分)

こかぶ 2個	和風だし . . . 小さじ 1
ほうれん草 1株	牛乳 1カップ
ねぎ 1 / 2本	水 3 / 4カップ
ハーフベーコン . . . 1枚	バター 小さじ 1
味噌 小さじ 2	塩こしょう . . 少々

作り方

- ① 水、こかぶを火にかけて、沸騰したら弱火にして15分煮る。
- ② 火を止め、泡立て器等でこかぶを潰す。
ほうれん草、ねぎ、ベーコン、牛乳、和風だし、バターを入れ5分煮る。
- ③ 味噌をとかし、塩こしょうで味を整える。

