


材料		1人前	料理の特徴
材料名		分量(g)	するりん白花を使ったポタージュです。 皮などの食感もしないので、豆が苦手なお子様もおいしくいただけます。
するりん白花		50g	
玉ねぎ		30g	<h2 style="text-align: center;">白花ポタージュ</h2> 
バター		3g	
オリーブオイル		2g	
小麦粉		3g	
コンソメ		15g	
牛乳		60g	
生クリーム		3g	
塩		適量	
ホワイトペッパー		適量	
パセリ		適量	
水(適量)		100g	
<h3>作り方</h3> <p>玉ねぎをスライスし、鍋にバターを入れて黄金色になるまで炒める。</p> <p>に水、するりん白花を加えて煮込む。</p> <p>煮込んだら牛乳、生クリーム、オリーブオイル、小麦粉を入れ、コンソメ、ホワイトペッパー、塩で味をととのえる。</p> <p>少し煮込んで、皿に盛ったらパセリで飾り完成。</p>			
<h3>栄養価</h3> <p>エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム マグネシウム 鉄 亜鉛 ビタミンA ビタミンB1 ビタミンB2 ビタミンC 食物繊維 食塩相当量</p>			
<p>調理のポイント するりん白花は、蒸し・流水解凍・熱湯（100℃）30分可能）等で解凍してから調理して下さい。</p>			

< 県学給取扱い商品名と商品特徴 >

製品画像	商品名	規格	供給価格	特徴
	NEWするりん 白花	1kg	840円	北海道産の白花豆と雪手亡豆をペーストにしました。皮ごとペーストにしており、食物繊維が豊富で皮を感じません。