



加熱の目安

約6分

1回に作れる分量

2~4人分

使用付属品



テーブルプレート
底面

カロリー

175kcal

塩分

1g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。

材料	2人分	3人分	4人分
かぼちゃ（皮をむき、ひとくち大に切る）	180g	260g	350g
小麦粉	小さじ1	小さじ1・1/2	小さじ2
牛乳	カップ1	カップ1・1/2	カップ2
A バター	5g	8g	10g
A コンソメスープの素（顆粒）	小さじ1	小さじ1・1/2	小さじ2
A 塩、こしょう	少々	少々	少々

作りかた

- かぼちゃをラップで包み 解凍・下ゆで 17 下ゆで葉・果菜 仕上がり調節 強 で加熱する。
- 大きくて深めの耐熱ボウルに①を熱いうちに入れて潰し、なめらかにする。
- ②に小麦粉を入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜ、牛乳を少量ずつ加えながらのぼしAを加える。
- ③にラップで落としふたをし、テーブルプレートの中央に置き おかず 85 ミキサー不要☆簡単！牛乳でかぼちゃスープ by 陽だまり日記 で加熱する。加熱後、かき混ぜる。

クックパッド殿堂入りレシピオートメニューのコツ

容器は大きくて深めの物を

直径約25cm（内径約22.5cm）、深さ約10cmの広口耐熱ガラスボウル（約1.0kg）が適しています。プラスチック製の物は使わないでください。

落としふたはラップを使用する

ラップでなるべく食材に密着させ、すき間を作らないようにします。

ラップの端はボウルの内側側面に沿うように密着させます。

ラップは

耐熱温度140℃以上の物を使います。

