

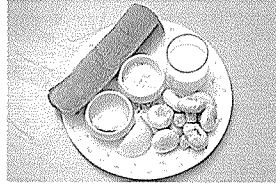
스틱빵과 양송이스프



스틱빵과 양송이 스프

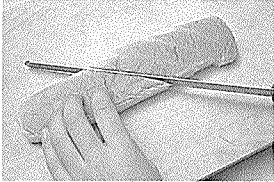
□ 재 료(4인분)

스틱빵 2개, 버터 2큰술, 양송이 100g(4개), 양파 40g, 밀가루 1½컵, 우유 1½컵, 소금 약간, 후춧가루 약간



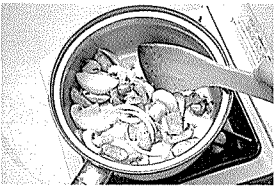
□ 만드는 법

1 스틱빵은 손가락 굵기 정도로 어슷하게 썬다.



2 양송이는 2개만 남기고 모양대로 썰고 양파는 전부 채썬다.

3 프라이팬에 버터1큰술을 넣고 녹으면 양송이와 양파를 넣어 볶아낸다.



4 두꺼운 팬에 버터1큰술을 녹인 후 밀가루를 넣어 볶아준다.



5 ④에 우유를 넣으면서 풀어준다.



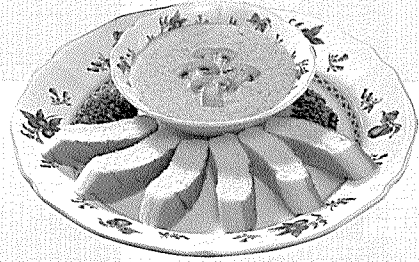
6 ⑤에 ③을 넣어 20분 정도 은근히 끓인다.



7 ⑥을 믹서에 갈아 다시 끓인 후 소금과 후춧가루를 넣는다.

8 양송이 2개는 모양대로 썰어 버터에 지져낸 후 스프 위에 얹는다.

● 이번 제품은 망고 주스와 곁들여 보았다.



이번 제품은 양송이스프와 빵을 곁들인 제품을 준비해 보았다.

양송이스프와 스틱빵은 서로 잘 어울리는 아이템으로 맛이 담백하고 부담이 없어 아침식사로 적정한 제품이다.



이동순 (동양매직요리교실 연구소 소장)

- 미국 New School Cooking Class연수
- 한국 조리학과 기획이사
- 동양매직 전국 요리교실 교재 집필 및 교육
- 월간 「Cookand」 요리 전문 필진

스틱빵과 양송이스프의 칼로리와 재료비는?

- 칼로리 : 193kcal (1인분 기준)
- 재료비 : 2,700 원 (4인분 기준)