

にんにく風味を効かせた洋風たまごスープです。  
卵とパン粉を混ぜて使う事で、ふわふわの食感に。

## スペイン風卵スープ



### ポイント アドバイス

にんにく、オリーブオイル、パプリカパウダーを効かせることで、スペイン風に。にんにくの匂い成分には免疫力を高める効果があり、風邪予防にもお勧めです。



### 材料(4人分)

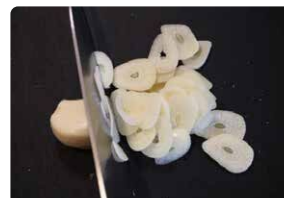
卵	2個	オリーブ油	小さじ2
にんにく	1~2かけ(お好みで)	パプリカパウダー	4ふり~お好みで
パン粉	大さじ8	黒こしょう	2ふり~お好みで
固形コンソメ	2個	刻みパセリ	適宜
水	720ml		

### 作り方

1) ボウルに卵を割り入れ、パン粉と卵を混ぜます。



2) にんにくは薄切りにします。



3) 鍋にオリーブオイルとにんにくを入れ、弱火で炒めます。にんにくがきつね色になったら、水720mlと固形コンソメを入れて中火で煮立てます。



4) 再沸騰したら1)の卵液をスプーンで少しづつ入れます。すぐに混ぜず、卵が固まってきたら、パプリカパウダー、黒こしょうをふって優しく混ぜます。カップに注ぎ、刻みパセリをのせて出来上がりです。



※にんにくはお好みでもっと増やしても(例えば4かけ)大丈夫です。

※パプリカパウダーはスペイン料理でよく使われるスパイスです。唐辛子の香りが入り、辛みはありません。お好みで増やしても大丈夫です。