

ミネストローネ

※写真はイメージです。



調理時間：約50分以内
(煮込み時間込み)



材料(5~6人分)

じゃがいも …………… 小3個
にんじん …………… 1/2個
たまねぎ …………… 1/2個
バラベーコン …………… 適宜
※ほか野菜やお豆などなんでも
お好みで

カットトマト缶 …………… 1缶
固形コンソメ …………… 1個
水 …………… 500cc
オリーブ油 …………… 大さじ1
ニンニク(すりおろす) 2片
塩 …………… 小さじ1/2~1
こしょう …………… 少々
粉チーズ …………… 少々
きざみパセリ …………… 少々



作り方

- ① 野菜とバラベーコンを1センチ角に切る。
- ② 鍋にオリーブ油とニンニクを入れて弱火で炒める。
- ③ ニンニクがきつね色になりいい香りがしてきたら、バラベーコン、野菜の順で入れて炒める。
- ④ 水、トマト、固形コンソメを入れて中火で煮る。アクが出たらすくう。
- ⑤ 火を調節しながら野菜がやわらかくなるまで30分ほど煮込む。
- ⑥ 塩、こしょうで味を調べ、器に取る。
- ⑦ 粉チーズをふり、お好みできざみパセリを振りかけたら完成!

野菜大きめで作りたいときは
先に野菜だけ下茹でしておくといいです。
その場合は⑤のときに茹でた野菜を投入してください。