

たっぷり野菜の旨味が凝縮！濃厚な味わい

食べるとろとろミネストローネ



<材料 4人分>

オリーブオイル	・・・大さじ1/2	トマト(缶詰)(カット)	・・・120g
にんにく(おろし)	・・・小さじ1/3	ワイン(白)	・・・大さじ1
-----A-----			
ブロッコリー(粗みじん切り)	・・・1/2個分	水	・・・1.5カップ
エリンギ(1cm角切り)	・・・1本分	ローリエ	・・・1枚
たまねぎ(1cm角切り)	・・・1/4個分	いんげんまめ(白)(ゆで)	・・・50g
にんじん(1cm角切り)	・・・1/4本分	トマトケチャップ	・・・小さじ1
セロリー(1cm角切り)	・・・15g	しょうゆ	・・・小さじ1/2

		スライスチーズ	・・・1/2枚
		塩	・・・小さじ1/2
		パルメザンチーズ	・・・適量
		パセリ(乾燥)	・・・適量

<作り方>

1. 鍋にオリーブオイル、にんにくを入れて熱し、香りが立ったらAを加えてしんなりとするまで炒める。
2. トマト、ワイン、水、ローリエを加えて煮る。
3. いんげんまめを加え、約2/3量になるまで弱火で煮詰める。
4. トマトケチャップ、しょうゆ、スライスチーズ、塩を加え、味を調える。
5. 器に盛り付け、パルメザンチーズ、パセリを振る。