

ミネストローネ



材料【4～5人分】

ベーコン	100g	マカロニ	40g
じゃがいも	大1個	玉ねぎ	小1個
キャベツ	100g	トマト(カット)	70g
にんじん	1/2本	セロリー	少々
トマトケチャップ	大さじ3	塩	小さじ1
にんにく	少々	こしょう	少々
とりがらスープ	適量	ブーケガルニ	少々

～作り方～

- ①とりがらスープを作っておく。
- ②マカロニは少し固めに茹でておく。
- ③ベーコンは食べやすい大きさに切っておく。
- ④じゃがいもは角切り、玉ねぎは薄切り、キャベツは色紙切り、人参はうすくいちょう切り、セロリーは小口切りにしておく。
- ⑤鍋を熱し、ベーコンを入れ、から煎りし、にんにくを加える。
- ⑥玉ねぎ、人参、じゃがいもを入れ軽く炒めたら、①のとりがらスープを加え、ブーケガルニを入れ、煮込む。
- ⑦キャベツ、セロリーを入れ、柔らかくなるまで煮る。
- ⑧野菜が柔らかくなったら、ブーケガルニを取り出し、②のマカロニ、トマト、調味料を加え軽く煮込んで仕上げる。



ミネストローネはイタリアの家庭料理で「真沢山のスープ」という意味があります。大豆やひよこ豆等の豆類を入れてもおいしいですよ！