

## 1. 簡単ポトフ

### ●材料（6人分）

ベーコン	60g
じゃがいも	2個
玉ねぎ	1個
人参	小1本
大根	200g
白菜	200g
サラダ油	大さじ1
水	600cc
コンソメ	2個



### ●作り方

- 1 ベーコンは1cm幅に切る。鍋にサラダ油を熱し、ベーコンを軽く炒めたら、お好みの大きさに切った野菜をすべて入れて炒める。
- 2 水とコンソメを入れて、やわらかくなるまで煮る。

## 2. なすのポタージュ

### ●材料（4人分）

なす	300g
水	250cc
牛乳	200cc
パセリ	少々
A 〔 コンソメ	1・1/2 個
塩	小さじ1/5
粉チーズ	大さじ1



### ●作り方

- 1 なすはピーラーで皮をむいて、ざく切りにして水にさらす。パセリはみじん切りにする。
- 2 鍋に水250ccと①のなすを入れて、フタをしてなすがやわらかくなるまで煮る。
- 3 ②のなすと煮汁半量をミキサーに入れてなめらかにする。
- 4 ③と残りの煮汁と牛乳を鍋に入れて火にかける。Aで調味する。
- 5 器にいれて、粉チーズとパセリをちらす。