

ラタトゥイユ



材 料 (4人分)

トマト	3個	オリーブオイル	小さじ1
玉ねぎ	1/4個	ニンニク	1/4個
茄子	1/2個	野菜だし(粉末)	2袋
ズッキーニ	1/2個	ディル	少々
パプリカ赤	1/2個		
パプリカ黄	1/2個		

ラタトゥイユの美味しい作り方

- ① 野菜はすべて小さく切る。
- ② 鍋にオリーブオイル、ニンニクをいれてニンニクが焦げないように弱火で炒める。
- ③ ②にトマトと玉ねぎを加え、弱火で10分煮詰める。
- ④ ③に残りの野菜を加え野菜に火が通ったら、袋から取り出した野菜だしの粉末で味付けをする。
- ⑤ 器に盛り付け、ディルを添える。