

2024年8月号

【料理名】ポタージュ・サン・ジェルマン



【主材料】（3～4人分）

冷凍グリーンピース……250g

玉ねぎ…… $\frac{1}{4}$ 個

セロリ……20g

ベーコン……1枚（30g）

A バター……大さじ1

A 塩……小さじ $\frac{1}{2}$

A こしょう……少々

生クリーム……50 ml

クルトン、イタリアンパセリ……各適量

【作り方】

1. 玉ねぎ、セロリ、ベーコンはみじん切りにする。
2. 鍋に1とAを入れて火にかけ、焦がさないようにゆっくりと炒める。水 350 mlとグリーンピースを加え、煮たったら火を弱め、ふたをして15分煮る。
3. 2のグリーンピースを飾り用に大さじ2ほどとり分け、残りはミキサーなどにかけてつぶし、鍋にもどし入れて生クリームを加え、温める。
4. 器に盛り、飾り用のグリーンピースとクルトン、イタリアンパセリをのせる。

※冷やしてもおいしくいただけます。

●レシピの表記について

- * エネルギー・塩分はおよそ1人分の数値です。調理時間は作業にかかる目安です（漬けたりさましたりする時間や、炊飯時間は除きます）。
- * 材料表に示した分量は、1 カップ = 200 ml、1 合 = 180 ml、大さじ1 = 15 ml、小さじ1 = 5 mlです。
- * 電子レンジは600W を使用しています。500 Wの場合は1.2 倍、700W の場合は0.8 倍の加熱時間が目安です。