

【トマトピューレ】オリジナルレシピ | ラタトゥイユ

2025.9.9



材料（3〜4人前）

オリーブオイル	30g
にんにくの芽	1束
パプリカ赤	1個
パプリカ黄	1個
玉ねぎ	1個
ズッキーニ	1本
なす	1本
塩	少々
白ワイン	50cc
<u>トマトピューレ</u>	300g

作り方

- ① ニンニクの芽2cm幅、その他の野菜は2cm角ほどの大きさにカットする。
- ② 鍋にオリーブオイルを入れ、にんにくの芽を香りが出るまで炒める。
- ③ 玉ねぎを入れ、軽く塩をして透き通るまで炒める。
- ④ パプリカ、ズッキーニ、なすをそれぞれ塩を振りながら入れ、水分を飛ばすように炒める。
- ⑤ 全体的にしんなりし水分がなくなってきたら、白ワインを入れ水分を飛ばす。
- ⑥ トマトピューレを入れ、全体に馴染むまで軽く煮込む。
- ⑦ 冷蔵庫で冷やし、そのままお召し上がりください。

Point

温めてパスタと絡めたり、チキンソテーやカレーに添えたりと、いろいろな楽しみ方があります！