

ミネストローネ

《材料》4人分

シェルマカロニ	・	15g
ベーコン	・	2枚
ウインナー	・	4本
豚こま肉	・	40g
白ワイン	・	小さじ1
人参	・	中1/3本
たまねぎ	・	中1個
じゃがいも	・	中1個
セロリ	・	1/10茎
にんにく	・	1/2片
油	・	小さじ2
トマト	・	中1個
粉チーズ	・	小さじ1
塩	・	適宜
こしょう	・	少々
コンソメスープ	・	400cc

《作り方》

- ①人参、たまねぎ、じゃがいもは1cm角切りにする。
- ②セロリは薄切りにする。
- ②豚肉には白ワインをふっておく。
- ③ベーコン、ウインナーは1cm幅に切る。
- ④マカロニは固めにゆでておく。
- ⑤トマトは油むきして2cm角切りにする。
- ⑥油でにんにく、セロリを炒める。
- ⑦豚肉を加えて炒める。
- ⑧人参、玉ねぎ、ベーコンを加えて炒める。
- ⑨コンソメスープを加えて煮る。途中でじゃがいもとトマトを加える。
- ⑩じゃがいもに火が通ってきたらウインナー、粉チーズを加える。
- ⑪マカロニ、こしょうを加える。
- ⑫味を見て薄いようなら塩を足す。

ミネストローネはイタリアの家庭料理です。

やさしいトマト味はこどもたちからも人気があります。

マカロニは給食ではシェルマカロニを使っていますが、もちろん他の形でもOKです。

日本のおみそ汁のように、イタリアでは家庭によって使う材料が違い、様々なミネストローネが作られているそうです。

このレシピを基本に、豆や季節の野菜を加えるなどアレンジしてご家庭の味を作って下さい。