

## ミネストローネ

合計加熱調理時間 約42分

[1人分：149kcal／食塩相当量：1.6g]

イタリア語で「具たくさん」という意味のトマトベースのスープ。野菜を蒸してからじっくり煮ることで、素材の旨みをしっかり引きだします。



## 分量

8人分

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	スチーム	—	7分	100℃	—
2	コンビ	90%	5分	170℃	—
3	コンビ	100%	30分	160℃	—

## 材料（8人分）

＜材料a＞	
ジャガイモ（1cm角に切る）	160g
ニンジン（1cm角に切る）	160g
タマネギ（1cm角に切る）	160g
キャベツ（1cm角に切る）	100g
セロリ（1cm角に切る）	100g
＜材料b＞	
ベーコン：塊（1cm角に切る）	130g
ニンニク（みじん切り）	20g
オリーブオイル	大さじ1・ 1/3
＜材料c＞	
コンソメ：固形（細かく刻む）	2個
水	930cc
ホールトマト缶	330g
トマトペースト	24g
塩	3g
こしょう	少々
粉チーズ	適量
パセリ（みじん切り）	適量

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

## 作り方

- 65mmのホテルパン1枚に＜材料a＞を入れて【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、1のホテルパンを取り出し、＜材料b＞を入れてよく混ぜて、【設定2】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、2のホテルパンを取り出し、＜材料c＞を入れてよく混ぜてフタをし、【設定3】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、3のホテルパンを取り出して、器に盛り、粉チーズ、パセリをふる。

**調理ポイント** ◆ベーコンの代わりにソーセージを用いてもよい。