



## 夏の彩り野菜たっぷりラタトゥイユ



### 材 料 2人分

ズッキーニ …………… 1/2 本  
なすび …………… 2 本  
人参 …………… 小 1/2 本  
玉ねぎ …………… 1/2 個  
パプリカ …………… 1/4 個  
ミニトマト …………… 6 個  
ブロックベーコン …………… 40 g

オリーブ油 …………… 大さじ 1  
完熟カットトマト缶 …………… 1/2 缶  
固形コンソメ (溶けやすくするため  
崩しておく) …………… 1 個  
バジル (乾燥) …………… 少々  
塩 …………… 少々  
こしょう …………… 少々

### 作り方

- ① ズッキーニ、なすびはヘタを取り、ピーラーで虎むきにし、(全部皮をむかず、縦しま模様皮を交互にむく) 一口大の乱切りにする。
- ② 人参は、皮をむき乱切りに、玉ねぎとパプリカは 1 cm 角に切る。ミニトマトは、ヘタをとり半分に切る。
- ③ ブロックベーコンは、厚さ 5 mm、長さ 1.5 mm に切っておく。
- ④ 熱したフライパンに、オリーブ油を入れブロックベーコンを炒め、次にミニトマト以外の野菜を入れて炒める。
- ⑤ ミニトマト、完熟カットトマト缶、コンソメ、バジルを加えて中火で煮込み、塩、こしょうで味を調え、クツクツと音がしてきたら弱火にし、全体にトマトソースが馴染んできたら火を止める。
- ⑥ 器に盛り付ける。