



## 冬のラタトゥイユ



🕒 調理時間 約 30分

🍳 使用した鍋 両手ナベ 3L

### 【材料】 4人分

玉ねぎ	1/2個
じゃがいも	2個
にんじん	1/2本
白菜	1/6株
小松菜	1/2束
にんにく	1片
オリーブオイル	大さじ2
カットトマト（水煮缶）	1缶（400g）
固形ブイヨン	1個
塩	小さじ1弱



### 🍴 調理手順

1. 玉ねぎ、じゃがいも、にんじんは1cm角に切り、白菜は葉と軸に、小松菜も葉と茎にそれぞれ切り分け、葉は2cm幅、軸と茎も2cmの長さに切る。にんにくは叩いておく。
2. ビタクラフトの鍋ににんにくとオリーブオイルを入れ、にんにくがキツネ色になるまで弱火で加熱する。
3. [2]に[1]の玉ねぎ、じゃがいも、にんじん、白菜の茎、小松菜の茎を入れて軽く炒める。
4. [3]の鍋にカットトマトと固形ブイヨンを加えてフタをして中火にかけ、蒸気が上がれば弱火にして野菜が柔らかくなるまで約15～20分間加熱する。
5. 塩で味を調べ、[1]の白菜と小松菜の葉を加えてさっと混ぜてからフタをし、火を止めて5分間おく。