



第66回

新緑の匂い立つ好季節を迎えました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

～豚バラのトマトスープ～

＜材料(4人分)＞

- ・豚バラブロック … 300g
- ・トマト水煮缶(カット) … 1缶(400g)
- ・玉ねぎ … 大1個
- ・にんじん … 中1本
- ・その他お好みの野菜
- ・オリーブオイル … 適量
- ・塩こしょう … 適量
- ・固形コンソメ … 1個
- ・水 … 500cc

今回はエリンギとセロリを加えました!

＜作り方＞

- ① 豚バラを2cm角くらいの短冊切りにする
- ② オリーブオイルを熱し、豚バラを塩こしょうで炒める
- ③ 豚バラを取り出し、野菜を炒め、しんなりしたらトマト缶を加え、しっかり炒める
- ④ 水を加え、固形コンソメ・砂糖を入れ煮立ったら豚肉を戻し、10分程煮込む
- ⑤ 塩こしょうで味を整えたら完成

※残ったスープでもう一品! ～豚バラのトマトパスタ～

＜材料(2人分)＞ ※スープの半量くらいを使用

- ・しょうゆ … 大きじ1
- ・砂糖 … 小さじ2
- ・酒 … 50ml
- ・パスタ … 2人分

＜作り方＞

- ① 豚バラのスープに酒を入れて煮る
 - ② しょうゆ・砂糖を入れ、水分が少なくなるまで煮つめる
 - ③ パスタの上にかいたら完成
- スープの残りの量によって味付けは調整してみてください

ください ☺

暖かく過ごしやすい季節となりました。
心身共に晴れやかに過ごしてください。



ニーズをコーディネートする。ぬくもりをデザインする。

乗富材木店



NORITOMI

TEL : 0944-74-1000

H P : <http://noritomi.jp>

〒832-0827 柳川市三橋町蒲船津56-5

担当：乗富・新開・金納