



大豆のペイザンヌスープ

207kcal / 調理時間20分

【材料 4人分】

大豆(水煮)	200g
ベーコン	2枚
たまねぎ	1個
にんじん	1/2本
ピーマン	2個
にんにく	2片
ローリエ	1枚
パセリ(みじん切り)	適量
塩	適量
こしょう	適量
チキンブイヨン	3カップ
オリーブ油	大さじ1

【作り方】

1. ベーコン、たまねぎ、にんじん、ピーマンをそれぞれ7mm角に切る。
2. にんにくをみじん切りにする。
3. 鍋にオリーブ油を熱し、にんにくを炒めて香りが出たら、1の材料すべてと大豆を加えて炒める。
4. たまねぎが透き通ってきたら、チキンブイヨンとローリエを加えて煮立てる。
5. アクを取りのぞきながら、弱火で5分ほど煮て、塩・こしょうで味を整える。
6. 器に盛り付け、パセリをふる。