

## 具だくさんミネストローネ



### 材料（4人分）

ジャガイモ	2個
ニンジン	1/2本
タマネギ	1/2個
キャベツ	1/4個
ロマネスコ（またはカリフラワー）	1/2個
トマト中玉	3個
ベーコン	2枚(50g)
コンソメ	大きじ2
水	900ml
塩・コショウ	適量
ケチャップ	適量*
オリーブオイル	大きじ2 (またはサラダ油)

### 作り方

- 1) ベーコンは短冊切り。ロマネスコは小房に切る。  
トマトは湯むきして1cmのざく切りに。他の野菜は1cm角に切る。
- 2) 鍋にオリーブオイルを熱し、ベーコンを炒め、  
トマトとロマネスコ以外の野菜を加えて炒める。
- 3) 火が通ったら、水・コンソメ・トマト・ロマネスコを加え沸騰したらあくを取り、  
野菜が柔らかくなるまで煮込む。
- 4) 塩・コショウ・ケチャップでお好みの味に整える。

\*ケチャップはトマトの熟度や酸味によって調節してください。