

カボチャの冷製ポタージュ



材 料（4 人 分）

カボチャ500gくらい
タマネギ1個
オリーブ油少々
コンソメ小さじ 2
生クリーム150cc
ローリエ1 枚
アサツキまたはイタリアンパセリなど	

作 り 方

- 1) カボチャは皮をむき、種を取ってから、3cm角くらいに切る。
- 2) タマネギは薄切りにし、オリーブ油で焦げないように炒めておく。
- 3) 鍋にカボチャを入れ、ひたひたになるくらい水を入れ、火にかけて、タマネギ、コンソメ、ローリエを加えて柔らかくなるまで煮て、冷ます。
- 4) フードプロセッサーかミキサーでかくはんし、なめらかにする。
- 5) 鍋に戻して火にかけ、煮立ったら生クリームを入れ沸騰直前で火を止める。
- 6) 塩・こしょうで味をととのえて、氷水を入れたボールに鍋を入れて荒熱を取り、冷蔵庫でよく冷やす。器に盛り、アサツキなどをのせる

ワンポイント

温かいままでもよいが、オリーブ油のかわりにバターを使うとこくが出る。
バターナッツなどねっとりしたカボチャが向いている。

