



## ひよこ豆のポタージュ

仕上げの生クリームが決め手 簡単ポタージュ。タンパク質もとれて美味しいほっとする味わいです。ポタージュはフランス語のスープを意味し、ポトフやコンソメスープなどスープ全般を指す言葉です。イタリアでは具沢山のズッパ(ZUPPA)をスープと言います。

## 使用商品

- ひよこ豆
- エクストラ ヴァージン オリーブ オイル ノチェッラーラ

(4人分)

- ひよこ豆....400g
- 牛乳.....200ml
- 玉ねぎ(千切り)....1個
- バター....10g
- コンソメ....2個
- パセリ...適量
- 塩こしょう...適量
- オリーブオイル...適量

材料

- (1) 玉ねぎを千切りにしてバターで炒める
- (2) 鍋にひよこ豆(煮汁ごと)、コンソメ、牛乳、水と(1)を加えて10分ほど煮る
- (3) (2)をミキサーにかける
- (4) 再度温め塩こしょうで味を整える

手順 (5) 器に盛りつけオリーブオイルとパセリをちらす