



## 缶汁のうまみを活かした こまいのミネストローネ



材料2人分(※印は無印良品オリジナル商品)

こまいの水煮※	1 缶
たまねぎ	1/2 個
じゃがいも	1 個
にんじん	30g
セロリ	30g
ズッキーニ	1/4 本
トマト	1 個
にんにく	1 片
オリーブ油	大さじ1
水	適量
コンソメ顆粒	小さじ1
トマトケチャップ	大さじ4
沖縄の岩塩※	少々
粗挽き黒こしょう	少々

つくりかた

1. にんにくはみじん切りに、トマトは1口大に、その他の野菜は1cm角に切る。こまいの水煮の缶詰は具と汁に分けておく。
2. 鍋にオリーブ油を入れ、弱火でにんにくを炒めます。香りが出てきたらたまねぎを加え、しんなりしたら他の野菜を入れます。軽く炒めたら缶汁すべてと水を合計400cc入れます。顆粒コンソメとトマトケチャップを入れ、中火で10分煮込みます。
3. こまいの具を入れて、塩で味を整えます。5分ほど弱火で煮込みます。仕上げに黒胡椒をふります。

キッチンカウンターのスタッフが考案したレシピです