

## ニンジンとショウガのポタージュ



### 材料（2人分）

- ニンジン……………1本
- ジャガイモ……………小1個
- タマネギ……………小1個
- ショウガ……………1片
- バター……………10g
- 水……………適量
- コンソメ（顆粒）……………小さじ2
- 豆乳……………150ml
- 塩、こしょう……………適宜

### ①

ニンジン、ジャガイモ、タマネギ、ショウガを薄切りにする。鍋にバターを溶かしタマネギがしんなりするまで炒めたら、残りの野菜も一緒に炒め、野菜が浸るくらいの水とコンソメを加える。



## ②

野菜が柔らかくなったら火をとめ、冷めたらフードプロセッサーにかけピューレ状にする。



### **POINT !**

トロトロになるまでピューレ状にしましょう。うま味が増して、コクが出ます。

## ③

鍋に戻し弱火で火にかけ、豆乳を入れ、塩、こしょうで味を調える。



### **ちょっとアレンジ**

とろみが残るよう豆乳の量を調整して、チーズをのせてオーブンで焼けば、グラタン風に。