２　なすのスープ

＜研修会レシピ＞

材　料（６人分）	
なす	５本
たまねぎ（中）	１個
バター	大さじ３
米粉	大さじ３
水	大さじ３
牛乳	１と1/2カップ
生クリーム	1/2カップ
塩、こしょう	各少々
粉末パプリカ	少々

① なすはへたを落とし、皮をむいて 1cm 厚さの輪切りにし、水にさらす。たまねぎは薄切りにする。米粉を水で混ぜる。
② 鍋にバターを溶かし、たまねぎを加えて炒め、水とスープの素、なすを入れて、アクを取りながら煮る。
③ なすが柔らかくなったら、水溶き米粉を回しながら加えて１分混ぜ合わせ、火を止める。
④ 粗熱を取った③を、ミキサーに牛乳１カップと供に加え撹拌し、冷蔵庫で冷やす。
⑤ 残りの牛乳、生クリーム、塩、こしょうで調味して器に注ぎ、パプリカを振る。

memo