

玉ねぎ



一年中出回っているのは、収穫後に風干して乾燥したものです。生の玉ねぎは辛みと香りがあり、加熱すると甘みと旨みが出ます。



お料理ママさん

※写真はイメージです。

使ったのは
この商品!



「追いがっお[®]つゆ」でつゆポタージュ

調理時間
20分

1人分
338kcal

「追いがつお®つゆ」でつゆポタージュ

調理時間

20分

1人分

338kcal

【材料/4人前】

じゃがいも……………中2個
たまねぎ……………大1個
にんじん……………2/3本
ベーコン……………80g
アスパラガス(グリーン)……………2本
サラダ油……………適量
ミツカン 追いがつお®つゆ2倍…150ml
牛乳……………750ml

【作り方】

- ①じゃがいも、たまねぎ、にんじんを1.5cm程度の角切りにする。ベーコンは1cm幅に切る。アスパラガスは斜め薄切りにする。
- ②鍋にサラダ油をひいて熱し、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ベーコンを炒め、軽く火を通す(じゃがいもの表面が透き通るまで)。
- ③②に牛乳と「ミツカン 追いがつお®つゆ2倍」を入れ、煮立ったら、具材がやわらかくなるまで10分程度煮る。
- ④仕上げに、アスパラガスを入れてサッと火を通す。