

料理名	とうがんとからさが 冬瓜宝探しラタトゥイユ	
材料名	数量(4人分)	作り方
○冬瓜	1/8個	① にんにくはみじん切り、その他の野菜とベーコンは1口大に切る。 ② オリーブオイルをひき、弱火でにんにくを炒め、香りがしてきたらベーコンも炒める。 ③ 弱～中火でかたい野菜から順に加えて炒める。 ④ しんなりしてきたらAを加え、フタをし、時々混ぜながら弱火で煮込む。 ⑤ 全体的に煮詰まり水分が蒸発してきたら出来上がり。粗熱をとった後、冷蔵庫で寝かせて味をしみ込ませる。冷たいまま食べても美味しいです。 ※食べず嫌いの子が多い冬瓜を、カラフルな夏野菜とともに美味しく煮込みます。
○ズッキーニ	1/2本	
○たまねぎ	1/2個	
○なす	小1本	
○パプリカ (数色)	1個分	
○にんじん	1/2本	
ベーコン	適量	
にんにく	1かけ (みじん切り)	
オリーブオイル	適量	
トマト水煮缶	1缶	
白ワイン	大さじ2	
砂糖	小さじ1	
しょうゆ	A 小さじ1	
塩	少々	
コンソメ	小さじ2	
ローリエ	1枚	
ローズマリー	1本	
		備考 <出来上がりイメージ・使用したかながわ産食材について> 

○かながわ産食材です。