

ラタトゥユ

材料（4人分）

なす	3本
ズッキーニ	1本
玉ねぎ	1個
パプリカ	1個
トマト	2個
にんにく	1かけ
赤ワイン	1/2カップ
ローリエ	1枚
タイム	少々
トマトケチャップ	大さじ1
オリーブオイル	大さじ2
塩	小さじ1
こしょう	少々

作り方

- 1 なすとズッキーニは1cmの輪切りし、それぞれ水にさらしておく。
- 2 玉ねぎは8等分のくし切り、トマトは湯むきしてから8等分のくし切り、パプリカはへたと種を除いてから縦8つに切る。
- 3 鍋にオリーブオイルを熱し、薄切りにしたにんにくを炒め、香りが出たら玉ねぎ、なす、ズッキーニの順に加えて炒める。
- 4 玉ねぎがしんなりしてきたら、パプリカ、トマトを加え、全体に油がなじんだら赤ワインを入れて混ぜる。
- 5 ローリエ、タイムを加えて強火にし、煮立ったら弱火に変え、20～30分ほど煮込んで、塩こしょうで味を整えて出来上がり。

