yuzucafe 2013　OSAKA AOYAMA

2013 yuzucafe recipe

たっぷり野菜とパスタ入り熱々スープ ～ゆずの香り～　レシピ

2013.12.7 に 1 日限定で OPEN した

大阪青山大学短期大学部・調理製菓学科プロデュース　『ゆずカフェ』

そのとき好評だったゆずを使った野菜スープのレシピを特別に紹介します!!

トマトが入ったスープに“ゆず”って合うの？
これが合うんです！　ぜひ作ってみてください！

≪スープに入れるパスタ（スパツル）≫　4 人分

スパツルとはフランス・アルザンス地方のショートパスタです。

【材料】
- 強力粉・・・・36ｇ
- M 玉卵・・・・1 個
- 塩・・・・・・少量
- ナツメグ・・・・・・・・・・少量
- オリーブオイル・・・少量

※写真は
大量調理時のものです。

【作り方】
① 強力粉は 1 度ふるっておく
② 卵はよくほぐしておく
③ 全てを合わせ、しっかりと練り合わせ、1 時間程休ませる。
④ 中華ジャーレンの穴からお湯に落として茹でる。（生地は穴から落ちる柔らかさ）
⑤ 茹で上がったら、オリーブオイルをなじませる。

※中華ジャーレン

≪スープ≫　4 人分

【材料】
- キャベツ・・・・・・・・・・・20ｇ
- 玉ねぎ・・・・・・・・・・・・40ｇ
- セロリ・・・・・・・・・・・・20ｇ
- トマト L サイズ・・・・・・・2/5 個
- カリフラワー・・・・・・・・1/5 個
- 人参・・・・・・・・・・・・・40ｇ
- ズッキーニ・・・・・・・・・40ｇ
- メークインポテト・・・・・・40ｇ
- 白いんげん豆（大手亡）・・・20ｇ
  （ない場合は他の白い豆で可。ひよこ豆でも可）
- 白いんげん豆の茹で汁・・・・・・・・100ml
- パンチェッタ・・・・・・・・・10ｇ
  （ない場合はベーコンで可）
- ガーリック・・・・・・・・・・1ｇ
- ローリエ・・・・・・・・・・・1 枚
- トマトピューレ・・・・・・・・14ｇ
- チキンブイヨン・・・・・・・・50ml
- バター・・・・・・・・・・・・・4ｇ
- 塩・・・・・・・・・・・・・・・少量
- バージンオリーブオイル・・・・少量
- パスタ（スパツル）・・・・・・100ｇ
  （ない場合はショートパスタで可）
- ゆず・・・・・・・・・・・・・・少量

【作り方】

＜下準備＞
- 前日に水につけておいた白いんげん豆を柔らかくなるまで茹でる。（茹でる時は水から入れる）
- トマトは湯むきして 5mm 角に切り、パンチェッタも 5mm 角に切る
- カリフラワーは氷水につけたあと、3mm ぐらいのスライスにする。
- 他の野菜は 1cm 程度の大きさに切る。
  ズッキーニは種の部分をとって 1cm 角に切る。
- ゆずは微塵切りにしておく。

＜スープの手順＞　※写真は全て大量調理時のものです。

① バターとオリーブオイルでガーリックを弱火で焦がさないように炒めたあと、パンチェッタを加え炒める。

② 人参、玉ねぎを入れて炒める。このとき少し塩をふり野菜から水分を出す。
しっかり炒めて甘みを引き出す。

③ セロリ、ズッキーニ、トマトピューレの順に入れて炒めていく。

④ チキンブイヨンを入れ、少し煮込んだあと、トマト・キャベツ・メークインを入れて、強火で煮込む。
沸騰したらアクをとり、ローリエを入れてフタをする。その後、塩で味を調える。
※最初に強火で沸騰させたあとは、野菜がおどるくらいの中火で野菜が柔らかくなるまでコトコト煮る。

⑤ カリフラワーをバターとオリーブオイルで炒め、塩をふっておく。
カリフラワーは、炒めることで香りを引き出すことができる。

⑥ 炒めたカリフラワーをスープに入れる。

⑦ 茹でておいた白インゲン豆と、茹で汁を入れる。

⑧ 弱火にして、ゆずの絞り汁とみじん切りを入れる。

⑨ 最後にスパツルを入れて完成。