

大豆のラタトゥイユのセブルスケッタ



材料 (4人分)

A CO・OP大豆ドライパック	1缶(パウチの場合は2袋)
A トマト(皮をむいて、ざく切りにする)	2個
A トマト水煮缶(トマトをつぶす)	1缶
B ズッキーニ	1本
B なす	2本
B たまねぎ	1/2個
B パプリカ(黄)	1/2個
オリーブオイル	大さじ2
塩・こしょう	各適量
フランスパン(厚さ1~1.5cmに切り、軽くトーストする)	1本
イタリアンパセリ	適量

作り方

- ① 鍋にオリーブオイルを熱し、1cm角に切ったBを入れて炒め、たまねぎが透明になったらAを加える。汁気がなくなるまで煮詰め、塩・こしょうで味を調える。
- ② フランスパンに①をのせ、イタリアンパセリを飾る。