

カボチャの冷製スープ

材料（4人分）

カボチャ 1/4 個、長ネギの白いところ 1/4 本分、玉ネギ 1/4 個、無塩バター20g、グラニュー糖 1つまみ、塩適量、ブイヨン（またはチキンコンソメ）300cc、牛乳 130cc、生クリーム 30cc



作り方

- 1 かぼちゃは 5mm くらいの厚さに切り、皮を取り除く。長ネギは小口切り、玉ネギは薄切りにする。
- 2 鍋を火にかけて、無塩バター10gを溶かして長ネギと玉ネギを弱火で炒める。
- 3 野菜がしんなりしてきたら、残りの無塩バター（10g）とカボチャ、グラニュー糖を入れて、照りが出るまで炒める。
- 4 ここにブイヨンを加え、ふたをして時折かきまぜながら中火で煮る。カボチャに火が通ったら、牛乳を加えて再び沸騰させ、塩で味をととのえる。
- 5 4をミキサーにかけて、こし器（または目の細かいザル）でこす。
- 6 5をボウルに移しあら熱を取って、冷蔵庫で冷やす。六分立て（角が立たない程度）の生クリームをざっくりと混ぜ合わせる。

料理のポイント

長ネギと玉ネギを炒めるときは、野菜に汗をかかせるように、色をつけずにしんなりするまで弱火で炒める。ていねいにやればおいしいスープになる。