

# ラタトゥイユ

## 材料(2人分)

- トマト……………1/2個(100g)
- ズッキーニ……………1本(220g)
- 玉ねぎ……………1/2個(100g)
- パプリカ(赤)………1/2個(70g)
- カットトマト(缶) ……(50g)
- にんにく……………1かけ(5g)
- ローリエ……………1枚
- オリーブオイル……………大さじ1
- 塩……………小さじ1/6



## 作り方

- ① トマトは湯むきし、8等分のくし形に切る。  
にんにくは包丁の背でつぶします。
- ② ズッキーニ、玉ねぎ、パプリカは一口大の大きさに乱切りにします。
- ③ 鍋にオリーブオイル、にんにく、ローリエを入れ加熱し、トマトとカットトマト以外の野菜を加え炒めます。
- ④ 野菜に火が通ったらトマトとカットトマトを加え蓋をして10分煮たら、塩を加え、汁気がなくなるまで煮詰めます。

