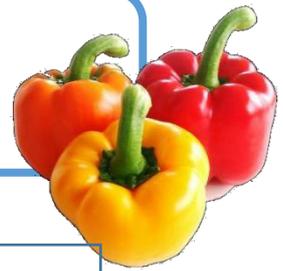


## ～Paprikaのトマト煮～



-材料 (4人分) -

パプリカ (赤・黄・オレンジ)	各 <b>1</b> 個		
オリーブオイル	大さじ <b>1</b>		
塩・こしょう	各適量		
パセリ	適量		
A	{	ローリエ	1枚
		トマト水煮	<b>400</b> g
		白ワイン	大さじ <b>1</b>
		トマトケチャップ	大さじ <b>1</b>
		赤味噌	大さじ <b>1</b>

-作り方-

- 1) パプリカは種とわたを取って**2cm**各くらいの大きさに切る。
- 2) 鍋にみじん切りにしたにんにく・オリーブオイルを入れてから火にかけて炒め香りが出てきたら**1**を加えてじっくり炒める。
- 3) **A**を加えて煮込み、塩・こしょうで味を調える。
- 4) 器に盛り、パセリを散らす。

POINT!

- ※ 冷やして食べても美味しいです。
- ※ 赤味噌がない場合普通の味噌でも大丈夫です。

～Swan dream group～

株式会社 スワンドリーム

株式会社 I LOVE ファーム登米

リッチフィールド栗原 株式会社



Tel 0228-59-2280