



里芋のポタージュ

【材料】 4人分

- ・里芋...3~4個
- ・玉ねぎ...1~2個
- ・しょうが...1かけ分
- ・牛乳...300cc
- ・バター...30g
- ・コンソメ...1/2個
- ・塩こしょう...適量

〈トッピング〉

- ・オリーブオイル...適量
- ・生ハム、ベーコン、
菜の花、スナップエンドウなどお好みで

枚方の農家さん長村さんの里芋
しっかりもっちり美味しいです!



1. 里芋は皮を剥き、3~4等分に切って10分ほど
水にさらしてぬめりをとる。
玉ねぎは縦切りに、しょうがは薄切りにする。

2. 厚手の鍋に(これ大事)、玉ねぎを敷いて
その上に里芋を入れ、しょうがとちぎったバターを散らし、
水大さじ3~4(分量外)を加え、ふたをして弱火で
20~30分里芋が柔らかくなるまで火を入れる。

3. 2をハンドブレンダーでつぶし、
なめらかになったら牛乳とコンソメを
加えて空気を含ませるように攪拌し、
塩こしょうで味を調える。
もう一度攪拌し温め直して出来上がり!



しょうがが味のPOINTです!
お忘れなく!



memo

里芋以外に海老芋や頭芋、長芋などでも美味しく出来ます。
厚手の鍋がない場合は、あらかじめ里芋を電子レンジで柔らかくしておくと、火にかける時間が短く済み、
焦げる心配がないと思います。
牛乳の分量の1/3を生クリームにすると一層コクが出て濃厚になりますよ。
トッピングはお好みのもので、ふんわりねっとり白いポタージュスープ、お試くださいね。