

かぶのポタージュ

材 料 4 人分

カブ（中）	2 個
牛乳	100 cc
生クリーム（植物性）	50 cc
コンソメ（顆粒）	大さじ 1
水	2 カップ
塩・コショウ	適量
パセリ（飾り用）	適宜



作り方

- 1・カブは厚めに皮をむき 8 等分くらいに切って、水と一緒に鍋に入れ、火にかける。沸騰したら火を弱め、アクを取りながら柔らかくなるまで煮る。
- 2・竹串をさしてスーッと通るようになったら、コンソメを加えて弱火にし、カブが崩れるくらいになるまでさらに煮込む。
- 3・2 をマッシャー（なければフォークの背や穴のあいたお玉でも）でつぶし、牛乳を加えてひと煮立ちさせ、仕上げに生クリームを入れる。沸騰直前まで温めたら火を止め、塩・コショウで調味する。器に盛り、パセリを飾ってできあがり。