

ソーセージと野菜 の トマト煮



<材料>

フランクフルト	80g	A 小麦粉	5g
じゃが芋	80g	バター	3g
玉ねぎ	80g	パセリ	少々
人参	20g		
オリーブ油	大1		
にんにく	2g		
ベーコン	10g		
白ワイン	大1		
トマトピューレ	15g		
ケチャップ	少々		
塩こしょう	少々		
砂糖	少々		



<作り方>



1. フランクフルト・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ベーコンを一口大に切り、にんにくはスライスしておく
2. オリーブ油で、にんにくとベーコンを炒める
3. 玉ねぎを加えさらに炒める。フランクフルトを入れ、白ワインを加え、具がひたひたになるまで水を入れて煮る
4. ひと煮たちしたら、トマトピューレ、ケチャップを入れ、中火にし具が柔らかくなるまで煮る
5. 塩こしょう・砂糖を入れ味を整え、じゃが芋を入れ7分ほど煮てからAを入れ、じゃが芋が柔らかくなればOK!