

ローストチキンで作る

夏野菜のスープカレー

材料(4人分)

ローストチキン	手羽元	4本
ローストした人参		10切れ
ローストしたジャガイモ		2個
手羽元のつけ汁		
玉ねぎ		1個
トマト		1個
ズッキーニ	小さめ	1本
ナス		2本
ピーマン		3個
カレールー		適量
ウスターソース		大さじ3
サラダオイル		少し
塩・こしょう		少し



- ① 鍋に水 3 カップ (600 cc) と手羽元のつけ汁を香味野菜とともに
入れ中火にかけ、沸騰したらアクと香味野菜を取り除きます。
- ② ①にトマトのみじん切りとコンソメを加え煮込みます。
- ③ 野菜類は食べやすい大きさに切ってさっとグリルします。
- ④ ②のスープにカレールーを加えウスターソースと塩・こしょうで
味を調えます。
- ⑤ ローストチキンを骨からはずし、ローストした人参・ジャガイモは
一口大に切り、グリルした夏野菜とともに④に加えます。