

Vichyssoise Provence プロヴァンス ヴィシソワーズ(根セロリのスープ)



(株)オリーブドゥリュック
Luc DOUMENGE

材料(1 カップ約 200cc 15 カップ分)

玉ねぎ	1 個 (200g)
オリーブオイルEXV	50cc
セロリラヴラペ酢漬け	220g
じゃがいも(中)	4個 (400g)
チキンブイヨン (4個約 20g + 水 1500cc)	1500cc
にんにくペースト	20g
ブーケプロヴァンサル	10g
牛乳	1000cc
生クリーム(脂肪 42~45%)	500cc
塩	3.5g
こしょう	1.8g



Soupe de Carotte à la Provençale キャロットのスープ フロヴァンス風



材料(1 カップ約 200cc 12カップ分)

玉ねぎ(生 中サイズ)	2個(400g)
オリーブオイルEXV	50cc
キャロットラペ酢漬け	1缶(440g)
じゃがいも(中)	4個(400g)
チキンブイヨン (3個約15g + 水1500cc)	1500cc
塩	4g
こしょう	1g
にんにくペースト	30g
ブーケプロヴァンサル	10g
牛乳	800cc



作り方

1. セロリラヴラペまたはキャロットラペを冷水ですすぎ洗いし水をよく切り、玉ねぎと一緒に弱火で炒める。(玉ねぎが茶色になるまで)
2. 1/4に切ったじゃがいも、チキンブイヨンを加え、塩、こしょう(分量外)する。
3. にんにくペーストとブーケプロヴァンサルを混ぜ、少量のブイヨンでのばして鍋に加える。
4. 中火でじゃがいもが充分柔らかくなるまで(20~25分間)煮込む。
5. 4をすり潰し、ミキサーにかける。
6. 牛乳と生クリームを加え、ミキサーにかける。
7. 再び火にかけて温める。
8. 塩、こしょうで味付けをする。

☆季節によっては冷やしてもおいしくいただけます。

Soupe à la Betterave Rouge
ベトラーヴルージュのスープ



材料

玉ねぎ (生)	1 ~ 2 個 (300 g)
オリーブオイル E X V	50cc
じゃがいも (中)	4 個 (400 g)
ベトラーヴルージュ (赤ビーツダイスカット)	1 缶 (530 g)
チキンブイヨン (3 個約 15g+水 1000cc)	1000cc
ディジョンマスタード	20 g
赤ワインヴィネガービューー	10cc
にんにくペースト	20 g
砂糖	20 g
塩	3 g
黒こしょう (粗挽き)	1 g
ベトラーヴルージュの液体 (270gを 3/4 に煮詰める)	100g
生クリーム (脂肪 42~45%)	200g



作り方

1. 玉ねぎをみじん切りにし、オリーブオイルで炒める。
2. 材料を上から順番に加えていき、20～30分煮詰める。
3. なめらかになるまでミキサーをかけ、生クリームを混ぜる。
4. 仕上げにお好みでクルトン・プロヴァンスやパセリ、シブレット(あさつき)、クミンシード、などをのせる。