

Ratatouille Provençale

ラタトゥイユ フロヴァンサル



(株)オリーブドゥリュック
Luc DOUMENGE

材料(1~1.2kg)

ズッキーニ	250g
なす	250g
玉ねぎ	200g
赤パプリカ	150g
ピーマン(緑)	100g
塩	少量
オリーブオイル EXV	60cc
トマトの缶詰(ダイスカット)	800g
にんにくペースト	15g
ブラックペッパー	2g
ブーケフロヴァンサルまたはバジリコペースト	25g



または



作り方

1. 野菜類を 3cmの角切りにカットし、塩を軽くふる。野菜を別々に、オリーブオイルで炒める。玉ねぎは薄い茶色になるまで炒める。
2. 当時にトマトの缶詰を半量まで煮詰める。
3. 1の野菜と2のトマトソースを混ぜる。
4. 調味料を混ぜ、味を調える。

※温かくしても冷たくしても美味しく食べられます。



スパゲティとチキンラタトゥイユ
右上／ガレット ア ラ ラタトゥ
イユプロヴァンサル
右／クスクスとチキンラタトゥイユ





プロヴァンスチキンとラタトウイユグラタン



プロヴァンス風
オムレット



ケーキサレ
ラタトウイユ



プロヴァンス風ラタトウイユのピザ