

## スコッチブロス スコットランド風スープ



### § 材料 § (4人分)

とり肉	50g	キャベツ	1/8 個
白ワイン	小さじ1	押し麦	30g
.....		(もち麦でもよい)	
サラダ油	小さじ1	スープ	4 カップ
ベーコン	1 枚	(市販のスープの素を使用)	
セロリ	5cm 位	塩	小さじ1
たまねぎ	1/2 個	こしょう	少々
にんじん	1/3 本		

### § 作り方 §

- とり肉は 1cm 角切り、ベーコンは 1cm 色紙切り、セロリはうすい小口切り、たまねぎは 1cm 色紙切り、にんじんは 1cm さいのめ切り。
- とり肉に白ワインで下味をしておく。
- 麦は洗っておく。

- ① 鍋にサラダ油を入れ、ベーコンとセロリを香りよく炒め、とり肉とたまねぎをを入れてさらに炒める。
- ② にんじんを加えて炒め、スープと麦を入れて煮る(麦がふっくら煮えるまで 15 分位)
- ③ 麦が煮えたら、キャベツを加えて調味する。

※野菜は他にもじゃがいも、かぶ、だいこん、などお好みで。本場のスコットランドではひよこ豆なども入れるそうです。