

## IH調理 ソーセージとレンズ豆の煮込み



適温調理

サポート

### 材料（1回分）

オリーブ油	大さじ1
にんにく（みじん切り）	1片
玉ねぎ（みじん切り）	1/2個(100g)
セロリ（粗みじん切り）	40g
ベーコン（粗みじん切り）	30g
レンズ豆（洗う）	100g

<トマトソース>

<b>A</b> 水	500mL
トマトペースト	18g
コンソメ（顆粒）	大さじ1

④を合わせておく

塩・こしょう	少々
ローリエ	1枚
ウインナー（斜め半分に切る）	120g
パセリ（みじん切り）	適量

### 作り方

#### 1. 前工程

- ・フライパンをIHヒーターの中央に置く。
- ・オリーブ油を入れる。
- ・アプリから「レシピ送信」ボタンを押し、表示部に「005」を表示させる。
- ・「スタート」ボタンを押す。
- ・音声の流れ表示部に「適温」が表示されたらにんにくを入れる。

#### 2. 工程1

- ・「OK」ボタンを押す。
- ・にんにくを香りが出るまで炒める。



- ・目安時間になったら、玉ねぎ、セロリ、ベーコンを入れる。

#### 3. 工程2

- ・「OK」ボタンを押す。
- ・具材を炒める。



- ・目安時間になったら、レンズ豆、ローリエ、④のトマトソースを加える。

#### 4. 工程3

- ・「OK」ボタンを押す。
- ・様子を見てかき混ぜながら沸とうさせ、煮詰める。



- ・目安時間になったら、ウインナーを加えてひと混ぜしてふたをする。

#### 5. 工程4

- ・「OK」ボタンを押す。
- ・ときどきふたを取ってかき混ぜながら煮込んでいく。



- ・目安時間になったら、「切」ボタンを押す。

#### 6. 仕上げ

- ・塩こしょうで味を調える。
- ・器に盛りつけてパセリを散らす。