

# 野菜のトマト煮(ラタトゥイユ)



## 作りかた

- 野菜はすべて1.5cm 角に切っておく。
- 大きくて深めの耐熱ボウルに①と合わせたAを入れ、かき混ぜ表面を平らにし、かるくラップをする。
- ②をテーブルプレートの中央に置き **240 野菜のトマト煮(ラタトゥイユ)** で加熱する。
- 加熱後、オリーブ油を入れよく混ぜラップをして約10分置き、器に盛りつける。

### 加熱の目安

加熱：約15分

### 1回に作れる分量

1~4人分

### 使用付属品



### カロリー

104kcal

### 塩分

0.9g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。  
このレシピはMRO-W10A対応レシピです。

材料	1人分	2人分	3人分	4人分
玉ねぎ	1/8個	1/4個	1/3個	1/2個
セロリ	1/8本	1/4本	1/3本	1/2本
なす	1/2本	1本	1・1/2本	2本
パプリカ(黄)	1/4個	1/2個	3/4個	1個
ズッキーニ	1/4本	1/2本	3/4本	1本
A カゴメ基本のトマトソース(295g)	1/2缶	1/2缶	1缶	1缶
A 塩	少々	少々	小さじ1/3	小さじ1/3
A こしょう	少々	少々	少々	少々
オリーブ油	適量	適量	適量	適量

### ひとくちメモ

温かいままでも冷たくしてもおいしく召し上がれます。

### コラボメニューのコツ

#### 容器は大きくて深めの物を

直径約25cm (内径約22.5cm)、深さ約10cm、重さ耐熱ガラスボウル 約1.0kg、耐熱プラスチックボウル 約200gの広口耐熱ボウルが適しています。

#### ラップのかけかたは

1枚だけかるくかけてください。複数枚重ねてかけると正しく温度が測れません。

### このレシピに使われている商品



カゴメ基本のトマトソース