

— ボルシチ —



【材料(4人分)】

牛すね肉 (かたまり・一口大に切る)	400 g
水	2ℓ
ローリエ	2枚
たまねぎ (薄切り)	1個
にんじん (細切り)	1本
キャベツ (やや太めの千切り)	6枚
バター	20g
<A>	
にんにく (つぶしておく)	2個
カットトマト (缶)	1缶
赤ワインビネガー	大さじ1
砂糖	大さじ1/2
ピーツ (水煮缶詰・5ミリの厚さに切る)	400g
塩・こしょう	各適量
サワークリーム ※あれば	適量

【作り方】

- 1 牛すね肉は塩・こしょうをふり、10分ほどおいて鍋に入れ、水を注ぎ、ローリエを入れてふたをして、1時間ほど下煮します。途中、アクが出てきたら除きます。



- 2 フライパンにバターを熱し、たまねぎ、にんじん、キャベツをしんなりとするまで炒め、軽く塩・こしょうをふります。



- 3 (1) をこして、1.5ℓのスープと牛すね肉、ローリエを鍋に戻し、(2) の野菜と<A> を加えて20分ほど煮込み、塩・こしょうで味を調えます。器に盛り、サワークリームを添えます。

