



グリーンピースとズッキーニの冷製スープ ミント風味



ズッキーニは英国ではクルジェットと呼ばれ、スープやグラタンによく使われます。グリーンピースと合わせることで独特のえぐみが抑えられ、さらにミントを加えるとさわやかな英国の夏らしい味わいに。緑の美しい季節、テラスでのランチなどで楽しんでみてはいかがでしょうか。

材料 (2人分)

- 冷凍グリーンピース 150g
- ズッキーニ 1本
- 玉ねぎ 1/4個
- スペアミントの葉(生) 軽くひとつかみ
- オリーブ油 小さじ1
- バター 10g
- ベジタブルスープストック(スープの素を湯に溶かしたもので可) 450ml
- 生クリーム 大さじ1
- レモンの皮(すりおろし) 1/2個分

作り方

- ズッキーニはスライスに、玉ねぎはみじん切りにします。このときズッキーニは浮き実用に少し取って刻んでおき、グリーンピースとともにさっとゆでて冷ましておきます。
- 鍋にオリーブ油、バターを熱し、玉ねぎを入れしんなりするまで炒めます。
- 2) にズッキーニとスペアミントの半量を加えます。
4. 3) にスープストックを注ぎ、グリーンピースを加えて2～3分煮ます。
5. 塩、こしょう、生クリームを入れて、ミキサーで攪拌し、なめらかにします。
6. 冷やして器に盛りつけ、レモンの皮と1の浮き実、残りのミントを盛りつけます。