

話題

# 卓越したEU産トマト保存食品 レッドゴールドフロムヨーロッパで寒い季節も暖かく

2024/01/12 07:00 公開 Red Gold from Europe



2024年1月12日 東京 **ヨーロッパ産トマト缶**で作るnewトマトスープレシピ

ナポリ、イタリア, 2024年1月12日, /PRNewswire/ -- 寒い日に湯気のたつ温かいトマトスープが飲みたくても、新鮮なトマトが手に入らないかもしれません。そんな時には**トマト缶**という便利な材料でこの簡単なスープが作れます。



私共のトマトは、地中海の太陽の光が降り注ぐ完熟のピークに収穫されるので、美味しさは格別です。多くの野菜は生で食べるのが一番ですが、トマトは生のときよりも缶詰にした方が高レベルの**リコピン(抗酸化物質)**を摂取できます。

この簡単なスープレシピは、オーガニックトマト缶とクラシックな野菜のソテーを組み合わせ、味の層を作り出しています。トマトペーストをキャラメリゼすると、スープに素晴らしい深みが生まれます。

## 簡単トマトスープ

### 材料：6-8人分

- 粗みじん切りにした玉ねぎ 大1個
- 皮をむき粗みじん切りにした人参 大3個
- 粗みじん切りにしたセロリ 2本
- エクストラバージンオリーブオイル 70ml + 食前にかける分
- 塩 大匙1と1/2
- トマトペースト 大匙2
- 皮むきホールトマト缶（漉さないでジュースごと） 400g×2個
- 水 600ml
- グラニュー糖 小匙1/2
- 粉末黒胡椒 小匙 1
- 唐辛子フレーク 一つまみ（お好みで）
- 仕上げ用フレッシュバジル(お好みで)

### 作り方:

- フードプロセッサーで、玉ねぎ、人参、セロリを粗いペースト状になるまで攪拌します。

2. 大鍋にオリーブオイルを入れて中火にかけ、熱したら①のペーストと塩を加え、約10分、きつね色になるまで頻繁にかき混ぜながら調理します。
3. 中火にしてトマトペーストを加え、2分間かき混ぜます。
4. トマト缶と水を加えてかき混ぜます。弱火にして10分間、もしくはトマトが煮崩れ始めるまで煮ます。
5. 黒胡椒、グラニュー糖、唐辛子フレーク（お使いになる場合）を加え、木のスプーンでトマトを潰しながらよくかき混ぜます。トマトをつぶし続けながら、さらに20分間煮込みます。最後に調味料で味をととのえます。
6. ⑤をブレンダーに移し、滑らかになるまで攪拌します(又は、スティックブレンダーで鍋の中で処理)。
7. お好みでフレッシュバジルを飾り、オリーブオイルを振りかけてお召し上がりください。

Enjoy. It's from Europe!

更なる情報はこちらから:

<https://www.redgoldfromeurope.jp/>



写真 - [https://mma.prnasia.com/media2/2186813/VISUAL\\_ASIA.jpg](https://mma.prnasia.com/media2/2186813/VISUAL_ASIA.jpg)

写真 - [https://mma.prnasia.com/media2/2186815/Footer\\_JP.jpg](https://mma.prnasia.com/media2/2186815/Footer_JP.jpg)



新着

新着    6/22 14:16    日テレNEWS NNN

**子どものいない女性の割合   OECD加盟国で日本が最多28.3%**

6/21 18:19    下野新聞

**福田知事が6選出馬を表明「はばかりながら決意した」**

新着    6/22 08:04    THE ANSWER

**海外バレー会場の日本企業ブースに熱視線   機材が並び「覗いてみてポーズを決めて！」**

新着    6/22 00:40    ロイター

**米総合PMI 6月は54.6、2年2カ月ぶり高水準＝S & P グローバル**

新着    6/22 12:48    日本レスリング協会

**<レスリング> 《大会サイト・結果》2024年U17アジア選手権・第1日（男子グレコローマン7階級）**