

★しずまえ大賞 静岡まるまる部門★

ヒラメのスープ・ピストゥー (プロヴァンス風具沢山スープ)

【材料（1品分）】

ヒラメ 1切れ
塩・こしょう

薄力粉

玉ネギ 1/4個

人参 1/4個

大根 少し

セロリ 1/2本

ズッキーニ 1/4個

EXバージンオリーブオイル

A

水

ブイヨン

トマトピューレ

にんにく

トマト 1/2個

バジル

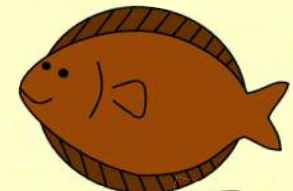
塩・こしょう

セルフィーユ



【作り方】

- ①切り身のヒラメに塩・こしょう・薄力粉をまぶし、ソテーする。
- ②材料Aをすべて1cm四方の角切りにする。
- ③①をオリーブオイルでしんなりするまで炒める。
- ④水・ブイヨン・トマトピューレ・すりおろしたにんにくをいれて、材料が柔らかくなるまで煮る。
- ⑤角切りに切ったトマト、刻んだバジルを加え、塩コショウで味を整える。
- ⑥スープ皿に、③のスープを注ぎ、ヒラメをのせる。
- ⑦EXバージンオリーブオイルをまわしかけ、セルフィーユを添える。



【考案者】 レストラン アンジュール（静岡市葵区人宿町1-5-7）