

# 【じゃがいもポタージュ ( 簡単篇 )】

## 材料

### A

たまねぎ	・・・ 250 g ( 縦半分にして2cm角切り )
じゃがいも	・・・ 300 g ( 2~3cm角切り )
にんにく	・・・ 1片 ( 横向きにして半分にカット )
水	・・・ 500 ml ( + 100 ml )
自然海塩	・・・ 小さじ 1/2

### B

Exv オリーブオイル	・・・ 大さじ 1
スープ&サラダミックス	・・・ 小さじ 1 ( 代用可 : 万能シーズニング ) ( オプション )
ホワイト or ブラックペッパー	・・・ お好み適量 ( 追加 )
自然海塩	・・・ お好み適量
OR	
スープ&サラダミックス	・・・ お好み適量 ( 代用可 : 万能シーズニング )

## つくり方

- 1 Aを鍋に入れて沸かす。グツグツしてきたら、9割ブタをして火力を落として20分ほど煮る。
- 2 20分後、もし鍋の水かさが減っていれば+200mlの水をたして、9割ブタをして再度5分ほど煮る。
- 3 5分後、フタを取り火を止める。ブレンダーで具材の形状がなくなり滑らかになるまで攪拌する。
- 4 ここで、Bを加えて再度ブレンダーで攪拌する。
- 5 味見をして、モノ足りなければ、(追加)塩かスープ&サラダミックス(or万能シーズニング)で味を調える。
- 6 完全にフタをして、10分ほど静置すればできあがり。

## ワンポイントアドバイス

- じゃがいもの品種や生産者、生産土壌、その年の仕上がりによりデンプン量が異なります。それによって、必然的にスープの仕上がり食感にも少なからず影響することがあります。
- 翌日、冷めた時にはデンプン量多めのじゃがいもを使った場合、トロミが一段と増す。通常ならば、じっくり弱火でコトコト温めながら戻します。もし、それでも戻らない時の対処法は、鍋に50gのお湯をたして弱火でゆっくりと温め直すように。