



Verdure estive al forno aromatizzato

夏野菜のグリル・ハーブ風味



【材料】2人前

なす	1/2
ズッキーニ	1/2
ミニトマト	4~5個
(紫)玉ねぎ	小1個
新じゃがいも	小1個
枝豆	10粒
お好みの夏野菜なんでも	
にんにく	1~2片
アサクラ EVO	大さじ2程度
※コンチエントラートデルマーレ	小さじ1/2
タイムやローズマリー	適宜
(※印はアサクラアイテム)	

YouTube/アサクラ CHANNEL VOL.116 ライブクッキングより

【作り方】

- 1) なすやズッキーニ、(紫)玉ねぎは食べやすい大きさに少し厚めにカットする
※なすはスライスしたら両面にコンチエントをまぶし、ざるにたててアクを流し落す
- 2) ミニトマトは小さければそのまま、大きければ1/2にカットする
- 3) 枝豆はヘタの部分ははさみでカットしておく
- 4) にんにくは皮付きのままつぶす
- 5) オーブンはあらかじめ200℃に予熱しておく
- 6) 天板にはオーブンシートを敷く
- 7) 天板に野菜を重ならないように並べる
- 8) 上からEVOをふり、コンチエントもふる
- 9) 上からタイムやローズマリーを散らし
オーブンに入れる(時間は25分にセット)
- 10) 10分経ったら野菜をひっくり返す
- 11) 20分前でトマトなど早いものはバットにうつし硬いものは引き続き焼く
(ハーブも取り除く)
- 12) 20分以上経ち、野菜によって焼けたものからバットにうつす
- 13) 最後に枝豆とじゃがいもに竹串を刺しすっと通ったらOK
バットにうつした野菜を天板に戻す
または大皿に盛る

