



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
※塩	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

※塩はアサクラおすすめの
コンチェントラートデルマーレ

YouTube／アサクラ CHANNEL ライブクッキング vol.248 (ダイジェスト)
vol.116 (フルレクチャー)

【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ェントをまぶし、ざるにたててアクを流し落とす
- 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) 枝豆はヘタの部分を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、コンチェントもふる
- 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分手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つと通ったら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

