

オランダ料理「エルテンスープ」レシピ

材料	分量（4人分）	切り方・下準備など	作り方
グリンピース	100g	4mm巾の輪切り 4mm巾のスライス 1.5cm角の角切り 小口切り	① グリンピースは沸騰した湯でゆでる。 （冷凍のものは1分、生のものは2分。） ゆであがったらフードプロセッサー等でペースト状にする。 フードプロセッサーがなければ、麺棒やフォークでつぶす。 ② 鍋に油を熱し、ソーセージ、たまねぎを入れ、たまねぎが透明になるまで炒める。 ③ ②に①のグリンピース、じゃがいも、セロリ、水、スープの素、ローリエを加え、20分ほどじゃがいもが煮崩れるまで煮込む。 ④ ローリエを取り出し、塩、白こしょうで味をととのえる。
サラダ油	小さじ1		
ウインナーソーセージ	4本		
たまねぎ	1/2個		
じゃがいも	中2個		
セロリ	1/3本		
コンソメスープの素	小さじ1(約5g)		
ローリエ	1枚		
食塩	小さじ1/2		
白こしょう	少々		
水	500ml		



令和7年3月に提供したオランダの料理です。

（小学校6日、中学校13日）

定番のスープで、オランダのスーパーでは材料がセットになって売っているほど。

本場では乾燥青えんどう豆を使うそうです。

きれいな緑色で、優しい味わいです♪



うめミルクちゃん

ウメモー