



旧ソヴィエト連邦

борщ **ボルシチ**

材料 4人分

牛肉 (カレー・シチュー用).....200g	ブイヨン..... 1000ml
玉ねぎ..... 1個	トマトピューレ..... 大さじ2
ビーツ (大)..... 1個 (250g)	サワークリーム..... 適量
キャベツ..... 1/4個	ディル..... 適量
塩、胡椒.....各適量	サラダ油..... 適量

作り方

- ① 牛肉は一口大にして、油を熱したフライパンで炒める。野菜は皮をむき、みじん切りにする。
- ② ①の牛肉に焼き色がついたらみじん切りにしたキャベツ、ビーツ、玉ねぎを入れてさらに炒める。野菜に火が通ったら、すべて鍋に移す。
- ③ ②にブイヨンを入れて30分ほど煮込む。トマトピューレ、塩、胡椒で味をととのえる。
- ④ ③を器に盛り、サワークリーム、ディルを添えてできあがり。



ノスタルジア食堂 東欧旧社会主義国のレシピ63

イスクラ著・グラフィック社

●イスクラ HP : <http://iskra.ocnk.net>