厚切りベーコンとひよこ豆の煮込み



調理時間 60分

材料 (4人分)

厚切りベーコン	150g
玉ネギ	1個
トマト	300g
ガルバンゾー（ひよこ豆）水煮	300g
(A)	
バター	10g
コンソメの素	5g
クミンシード	2g（あれば）
塩	2g
コショウ	少々
ブロッコリー	1/4個

作り方

1. 厚切りベーコンは一口大に切る。玉ネギ、トマトは角切りにする。
2. ココットダッチオーブンに(1)とガルバンゾー（ひよこ豆）水煮、(A)を入れて蓋をし、グリルに入れる。
3. 「ココットダッチオーブン」を選択し、タイマーを15分に設定して点火する。消火後、そのままグリルの中で10分余熱する。
4. まんべんなくかき混ぜて器に盛り付け、好みで塩茹でしたブロッコリーを散らしていただく。