このレシピの動画については、こちらからご覧になれます。

ドイツ風野菜スープ
アナナス ウント ゲミューゼ ズッペ

材　料		
	１人分	市販のｽﾗｲｽ缶の場合（4 人分）
ﾊﾟｲﾝ･ｸﾗｯｼｭ缶果肉	３０ｇ	ﾊﾟｲﾝ缶ｽﾗｲｽ３枚
セロリ	７．５ｇ	３０ｇ
人参	２５ｇ	１００ｇ
長ネギ	１０ｇ	４０ｇ
鶏むね肉（皮なし）	３７．５ｇ	１５０ｇ
じゃがいも（ﾒｰｸｲﾝ）	５０ｇ	２００ｇ
オリーブ油	３．７５ｇ	１５ｇ
カイエンペッパー	０．０７５ｇ	０．３ｇ
ローリエ	１/４枚	１枚
水	１００ml	２カップ
ﾁｷﾝコンソメ（顆粒）	２．５ｇ	１０ｇ
ﾄﾏﾄｼﾞｭｰｽ（食塩無添加）	５０ｇ	２００ｇ
塩	０．５ｇ	２ｇ
胡椒	０．０５ｇ	０．２ｇ

１．パイン･クラッシュ缶果肉はざるにあけ、水気を切っておく。（パイン缶スライスの場合、みじん切りにしておく。）
　セロリ・人参・長ネギは５㎜角に切る。
　鶏むね肉は１㎝大に切る。
　じゃがいもは皮をむき、約１㎝角に切る。

２．鍋にオリーブ油を入れて熱し、セロリ・人参・長ネギを入れ、焦がさないようによく炒めたら、鶏肉を加えて炒め合わせる。
　じゃがいもを加えて炒めたら、カイエンペッパーを加え、軽く混ぜ合わせる。
　さらにパイン･クラッシュ缶果肉・ローリエを加える。

３．２に、水・チキンコンソメ・トマトジュースを加えて混ぜ合わせ、煮立ったら蓋をして２５分ほど煮る。
　最後に味をみて、塩・胡椒で味を調えたら完成。

ドイツ語で「アナナス」はパインアップル、「ゲミューゼ」は野菜、「ズッペ」はスープです。
お好みで粉チーズまたはクリームチーズを加えたり、生クリームを加えても美味しくいただけます。
冷やしてヨーグルトを加えると、さっぱりとした味わいになります。