ポルトガルの伝統的なレシピ:
カルドーベルジ（典型的なコラードグリーンスープ）

について

写真: shutterstockGVNatalia Mylova

材料コラード　200ｇオニオン　1個ニンニク片　2片ジャガイモ　600ｇソーセージかミートチョリソー　1本コーンブレッド　50ｇオリーブオイル　150ｇ塩　好みに合わせて 作り方ジャガイモ、タマネギ、ニンニク片の皮をむき、塩、オリーブオイル、チョリソーを入れて味付けした1．5リットルの水で茹でる。その間、コラードリーフを用意し、洗って短冊状に切る。 ジャガイモに火が通ったら、チョリソーを取り除き、残りの混合物（ジャガイモ、タマネギ、ニンニク片）をフォークかポテトマッシャーで潰す。再び加熱し、煮汁とともに供する10分前に、水気を取ったコラードを加える。その際、蓋をしないフライパンで、コラードに火が通るまで加熱する。味付けを確かめ、残りのオリーブオイルを加える。チョリソーをスライスし、スライスを提供する皿かボウルに載せる。煮汁を加える。コーンブレッドをスライスし、傍らに添える。

* マリア・デ・ルルド・モデスト（Maria de Lourdes Modesto）の伝統的なレシピをもとに、リスボン（Lisboa）の観光・ホテルビジネススクールが提供するレシピ。

2013 ポルトガル観光局 無断転載・転用禁止
info@visitportugal.com