

料理名

エビのリゾット



2人前

調理時間 約30分



作り方

1. フライパンにオリーブ油を入れ、すりおろしニンニクを炒める。
2. 香りが立ったら、むきエビ、玉ねぎ、しめじを加えて炒める。
3. 塩こしょうを加える。
4. ごはんと水を加えて沸いたら、2～3分間中火で加熱する。
5. 仕上げに粉チーズとオリーブ油を加えて香りとコクをつける。
6. イタリアンパセリをちらす。

材料

アメリカヌソース	60 g
ご飯	150 g
水	100ml
オリーブ油	5ml
すりおろしニンニク	2 g (小さじ1/2)
むきエビ	60 g /6尾
玉ねぎ	30 g
しめじ	30 g
塩	2 g (小さじ1/4)
こしょう	少々
粉チーズ	5 g
オリーブ油 (仕上げ)	5ml
イタリアンパセリ (粗みじん切)	2～3枚