

ふきのとうリゾット

ふきのとうを使って洋風アレンジ！

下処理済みでそのまま使える真空パックのふきのとうを使用しました。残りごはんでカンタンにできる♪
香りがアクセントのリゾットです。



作り方

<材料> 2~3人分

- ・ふきのとう 100g (本品：真空パック1袋)
生のふきのとう (小10個程度) を使う場合は水洗いし、
熱湯でサッとゆがく
- ・ベーコン 30~50g
- ・にんにく 1かけ
- ・オリーブオイル適宜
- ・バター 10g程度
- ・コンソメ 大さじ1
- ・水 ごはんがかぶる程度
- ・牛乳 100cc
- ・ごはん 茶碗2杯
- ・塩コショウ 少々
- ・とろけるチーズ お好みで
- ・粉チーズ お好みで



<作り方>

- ① にんにく1かけをみじん切りにし、フライパンにオリーブオイルを入れ、香りがオイルに移るまで炒める
- ② ①にバターを溶かし、細かく刻んだふきのとうとベーコンを入れて炒める
- ③ ②にごはんと水、コンソメを入れ、水分が半分くらいになるまで混ぜ合わせる
- ④ ③に牛乳ととろけるチーズを入れ、混ぜながら塩コショウで味を整える
- ⑤ 器に盛りつけ、粉チーズを振りかけたら出来上がり！

✦ ✦ ✦
メモ ✦ ✦

カンタンレシピですので、残ったごはんを使用します。

Natural Essay
ナチュラル・エッセイ

<https://natural-essay.jp/>

Web サイト



Instagram



Facebook

