

いろいろなきのこのリゾット



ふわりと広がる豊かな香りと心地良い食感が魅力のきのこを使って作る簡単リゾット。ご飯は水と煮込みの時間を調整して、お好みの固さにしていただきます。

材料/ 4人分 調理時間約20分(下準備を除く)

- ・米 1カップ
- ・しいたけ 4枚
- ・しめじ 50g
- ・まいたけ 50g
- ・エリンギ 2本
- ・タマネギ 1/4個
- ・オリーブオイル 大さじ2
- ・チキンコンソメの素 1個
- ・牛乳 50cc
- ・バター 10g
- ・パルメザンチーズ 大さじ1
- ・塩 適宜
- ・白コショウ 適宜
- ・イタリアンパセリ 4枚

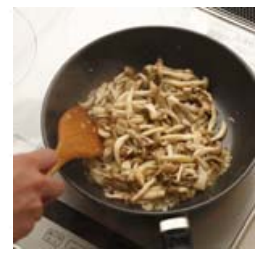


作り方

1

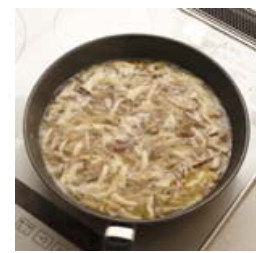


しいたけはスライスに、しめじとまいたけは手で小房に分けます。エリンギは1本を飾り用の縦割のスライスにして、もう1本は短冊切りに。タマネギはみじん切りにしておきましょう。スライスしたエリンギはロースターで**手動キーの焼き加減中火**に設定して、約3分グリルして塩をふっておきます(トッピング用)。



2

フライパンにオリーブオイルを入れ、タマネギを**中火6**で炒めます。タマネギが透明になって香りが出てきたら、1を加え**中火6**で炒めましょう。



3

2に米を加えてオリーブオイルがなじむように混ぜたら、水(400cc:分量外)とチキンコンソメの素を入れて**強火8**で一気に沸騰させましょう。沸騰したら**弱火4**にしてフタをし、**タイマー機能**で10分グツグツ煮込みます。米がアルデンテ(芯が残っている状態)になったら、牛乳を加えバターとパルメザンチーズを入れて溶かしたら塩と白コショウで味付け。トッピング用のエリンギとイタリアンパセリを添えれば出来上がり。

メーカー毎の火力数値一覧

	キューベン	コロナ	東芝	パナソニック	日立	三菱
強火	10	7	10	7	10	7
中火	7	5	8	5	7	5
弱火	3	3	5	3	3	3

調理にはナショナルIHクッキングヒーターを利用しました。火力はお使いの各メーカーにより異なります。下記の表を参考に火力を調整してください。