

具の旨みがおなかにしみるエビピラフ

使用したダッチオーブン (D0)
Lodge 10inch スキレット



今日のアイテムは愛するスキレット
蓋は 10inchDO と共通で便利

【材料】(今回は2人以上)

エビピラフ

- ・米：2合
- ・むきえび：170g (今回は冷凍物)
- ・マッシュルーム：25g
- ・にんにく：2片
- ・新たまねぎ：1/2個 (新たまでなくてもよい)
- ・人参：1/2本
- ・ベーコン：2枚
- ・コーン：ミニ缶 1/2
- ・バター：20g程度
- ・パセリ：適量
- ・コンソメ：1個 (
- ・水：300cc程度



(2)(3)材料 準備 OK

オニオンコンソメスープ

- ・新たまねぎ：1/2個 (新たまでなくてもよい)
- ・ベーコン：1枚
- ・コーン：ミニ缶 1/2
- ・コンソメ：1個 (水に溶かしておく)
- ・水：400cc (今回 300cc で味が濃かったし、具たくさんになりすぎた)



(4)バターで炒める

(1)米2合を測り、研いでから水につけておく。

(2)たまねぎ、にんにく、パセリはみじん切り、人参はさいの目切りにする。

(3)マッシュルームは薄くスライスしておく。

(4)DOをプレヒート(火にかけ温める)にバターを溶かし、にんにくを軽く炒め、香りがしてきたところで、ベーコン、たまねぎを入れて炒める

(5)火が通ったら、水を切って米を投入し軽く炒める。

(6)コンソメを溶かし込んだ水300CCを入れ、マッシュルーム、コーン、むきえびを乗せる。※冷凍エビの場合、熱湯に通すと臭みが取れます。

(7)煮立ってきたらその上にむきえびを並べて、蓋をして弱火で12分程炊く。この間臭いをかぎながら焦げないようにし、炊けたら10分ほど蒸らしておく。



(7)炊きあがり

- (8) パセリをみじん切りにしておく。
- (9) この間に別の鍋で 300cc のお湯を沸かす。
- (10) たまねぎの粗みじん切りにしておく。
- (11) 煮立ったら、たまねぎ、ベーコン、コーンを投入し、コンソメを入れる。
- (12) 味を見ながら薄ければ、塩を一振りする。(今回はちょうどよかったです)
- (13) ピラフが炊きあがったら、パセリをふりかかせる。お好みでスープにもパセリを。
- (14) ピラフとスープをよそい、美味しくいただく。



蒸らした後、パセリを適量振りかける



ハイ、できあがり。召し上がれ！