

カレーピラフ



カレー味で炊いたピラフにフレッシュトマトを散らしました。味も見た目も洋風のごはんですが、意外なほど土鍋にマッチ。鍋のままテーブルに出せば、おもてなしにも向きます。

材 料

(米 2 合分)

米	2 合
鶏もも肉	200g
ピーマン	1 個
赤パプリカ	1/4 個
玉ねぎ	1/4 個
にんじん	1/3 本
塩	小さじ 1 弱
固形ブイヨン	2 個
熱湯	410ml
カレー粉	大さじ 1/2
バター	10g
トマト	1/2 個
パセリのみじん切り	適量

作り方

- ① 米は洗ってざるに上げ、ぬれ布巾をかけて 15～20 分おく。
- ② 熱湯に固形ブイヨンを入れて溶かし、塩、カレー粉を入れて混ぜる。
- ③ 鶏もも肉はひと口大に切り、ピーマン、赤パプリカはへたと種を取って 7mm 角に切り、玉ねぎ、にんじんも 7mm 角に切る。
- ④ 1 の米を専用土鍋に入れ、2 のスープと 3 の具材、バターをのせて蓋をする。
- ⑤ 炊飯スイッチを押し、土鍋自動炊飯モードを選択したあと、点火する。
- ⑥ 炊き上がったら、仕上げに 1cm 角に切ったトマト、パセリのみじん切りを散らす。

土鍋自動炊飯モードを使って米を炊くと、消火後に蒸らし時間が表示されます。炊きあがり時間がひと目で分かり、便利。