



カキと根菜の土鍋パエリア



(2人分)

| | | | |
|--------|------|--------|-------|
| 米 | 300g | オリーブ油 | 大2 |
| カキ | 150g | 鶏ガラスープ | 300mℓ |
| 豚バラ肉 | 100g | 白ワイン | 50mℓ |
| 大根・ごぼう | 各5cm | 塩・こしょう | 各適量 |
| にんにく | 1かけ | | |
| 細ねぎ | 2本 | | |



作り方

- 1** 塩分2%程度の塩水でカキを洗い、豚バラ肉を3cm程度の長さに切る。
- 2** 大根・ごぼうを5mmの棒切りにし、ゴボウは水に浸しあく抜きをする。にんにくをみじん切りにする。
- 3** フライパンにオリーブ油とにんにくを入れ火にかけて、初めは強火で熱した後、弱火で炒める。
- 4** にんにくの香りが出てきたら、豚バラ肉、根菜の順に入れ炒める。
- 5** 米は軽く洗い、20～30分置いておく。
- 6** 土鍋に、米、具材を入れ軽く混ぜ、鶏ガラスープ、白ワイン、塩・こしょうを入れ沸騰するまで中火にかける。
- 7** 沸騰後、弱火で10分炊き、火を止めて10分蒸らす。
- 8** 最後に細ねぎを散らせば完成！

