

Recipe

# あさりとなすときのこの トマトリゾット



## ◎ 木才 米汁 (3~4人分) ◎

- ・あさり ... 250g
- ・まいたけ ... 60g
- ・なす ... 1/2本
- ・玉ねぎ ... 1/2個 (みじん切)
- ・オリーブ油 ... 大さじ2
- ・にんにく ... 2片 (みじん切)
- ・タカノメ ... 1/2パック (お好みで)
- ・白ワイン ... 50ml
- ・水 ... 500ml
- ・個パック ... 1個
- ・塩 ... 適量
- ・トマト缶 (ペーストがダス)
- ・こしょう ... 少々
- ・ローリエ ... 1枚
- ・米 ... 1合
- ・パセリ ... 少々
- ・パルメザンチーズ ... 少々



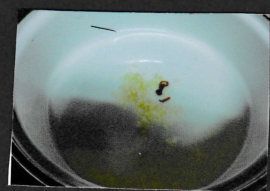
① あさりは砂抜きをしてカラの汚れなどをきれいにする



② なすの皮を数箇所取り水にさらしてアクを取り、水気を切り油で(分厚外)素揚げする。



③ 金鍋に水、固型スープの粒、ローリエを加えて煮立ちする



④ 深めのフライパンに油大さじ1、にんにく1片、タカノメを加え弱火で熱し、香りが出たらあさりを加え加熱する



⑤ 白ワインを加えたらフタをして蒸らしあさが開いたら火を止める



⑥ 別の金鍋には深めのフライパンに残りのオリーブ油(大さじ1)とにんにく1片分を加え、弱火で少しの香りが出たら米(洗わない)を加え、全体に油をなじませる。米がすき通った色になったらトマト缶を加える。



⑦ ⑥の具材がひたひたにかぶる位スープを加え弱めの中火で15分程煮つめる



⑧ 途中汁が減ったらまたひたひたになる位までスープを足し、少し味が残る位までになったら塩こしょうで味を整え皿に盛りパセリとパルメザンチーズをかける。