

## パエリア風ピラフ

◆ 材料 ◆ (4人分)

米	2カップ	
にんにく (みじん切り)	1かけ	
玉葱 (みじん切り)	1/2個	
赤パプリカ (千切り)	1/4個	
バター	大さじ2	
A	スープ (ぬるま湯+コンソメ)	2カップ
	サフラン	少々
	ターメリック	小さじ1
	塩	小さじ1
	胡椒	少々
あさり (殻を洗う)	150g	
海老 (背わたを取る)	8尾	
いか (皮をむき、輪切り)	1/2はい	
ソーセージ	4本	
パセリ (みじん切り)	少々	
レモン (楕形切り)	1/2個	
白ワイン	少々	



◆ 作り方 ◆

- ① 米は洗ってザルに上げ、30分ほどおく。
- ② ボウルにAを入れ、サフランの色を出しておく。  
※ ぬるま湯の温度は40℃~50℃
- ③ フライパンにバターを入れ、にんにく、玉葱、パプリカを炒める。  
①を加え、さらに炒める。
- ④ ③を炊飯鍋に移し、②を加え混ぜ、貝をのせて炊く。**(炊飯機能を使う)**  
海老、いかはフライパンで炒めて、さらに香り付けにワインを少々かけて蒸す。ソーセージは焼いておく。
- ⑤ ④を器に盛り、海老、いか、ソーセージをのせて出来上がり。