

ニンジン炊き込みピラフ

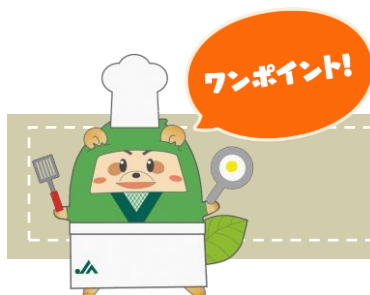


材料（茶碗 4 杯分）

米	… 2 合
ニンジン （皮を剥いた状態で）	… 100g
塩	… 小さじ 1
酒	… 大さじ 1
コンソメ	… 小さじ 1
コーン	… 50g
オリーブオイル	… 小さじ 1

作り方

- 1) 米を研ぎ、浸水させておく。
- 2) ニンジンの皮を剥き、すりおろす。
- 3) 釜に①の米と塩、酒、コンソメを入れ、水を2合の目盛りより少な目に入れる。ニンジン、コーンを加えて炊く。
- 4) 炊き上がったら、オリーブオイルを回しかけてできあがり♪



ニンジンが苦手でも美味しくいただけます♪



JAこうか
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

他のレシピはこちら!!

