カレーピラフ

甘



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。

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。

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。

監修 島本美由紀