

佳作作品

献立名	災害用白飯を使った簡単チーズリゾット
出品者	ユリ
材料	<ul style="list-style-type: none">・災害用白飯(アルファ米飯)1袋・ウインナー1本 ・玉ねぎ 1/8個・ほうれん草1株 ・ミニトマト2個・オリーブ油大さじ1 ・水 300ml ・コンソメキューブ 1個・とろけるスライスチーズ1枚・粗挽き黒コショウなければ塩コショウ少々
作り方	<ol style="list-style-type: none">① ウインナーは 5mm 幅に切る。玉ねぎは繊維を断ち切るように 5mm 幅で切る② ほうれん草は 5cm 幅に切り、ミニトマトは 4つ割りにする。③ 小さい鍋にオリーブ油と①を入れ、中火で炒める。玉ねぎが透き通ってきたら②を加えてさらに炒める。ほうれん草がしんなりとしてきたら、水、コンソメを加える。④ 煮立ってきたら一度、アクを取り、災害用白飯を加え弱火で 5分煮る。⑤ 火を消して、スライスチーズをのせて蓋をして 10分置く。⑥ お皿に盛り付け 粗挽き黒コショウを振って出来上がり。