



フライパン de キャンプめし 簡単おいしい！クリームリゾット

【用意する食材】2～3人分

- ・ 生米1合 ・バター（10gくらい） ・玉ねぎ ・鶏or豚肉 ・小麦粉
- ・牛乳か生クリーム100ccくらい ・固形コンソメ（1個） ・水※大体300ccくらい
- ・塩コショウ少々 ・オリーブオイル

- ▶ フライパンにオリーブオイル/バターを入れ溶けたら生米を入れてさっと炒め、玉ねぎ/鶏肉を入れて更に炒める（塩コショウする）
- ▶ 玉ねぎと米が半透明になったら水とコンソメを入れ蓋をする（強中火にして沸騰したら弱火にする）
※水の量を確認し少なければ100ccくらいつつ追加する
- ▶ 10分くらいしたら蓋を取り、米が柔らかくなってきたら小麦粉を全体的に振りかけ、生クリームを投入し小麦粉を溶かす
- ▶ 焦げ付きに注意し、水分が殆どなくなってきたら火を止め更に混ぜる
- ▶ 米が完全に柔らかくになったら完成！パセリやチーズをかけるとより美味しいです！
☆ポイント☆煮立てる間は混ぜない、水が少なく焦げそうであれば混ぜてください！



♪アレンジレシピ♪
牛乳/生クリームの代わりにトマト缶を入れればトマトリゾット！
きのこを入れても美味しいです！

ツバーナー



フライパン



カッティングボード



スプーン&スパチュラ



シェラカップ



詳しくはこちら↓

