

スプリングピラフ

たけのこ、ふきが入った香のよいピラフ



材料(4人分)

米	……	3合
水	……	540ml
ふき	……	5本
ゆでたけのこ	……	200g
ふき	……	5本
塩	……	小さじ1
オリーブオイル	……	大さじ1
ブラックペッパー	……	少々

作り方

- 1 ゆでたけのこは食べやすい大きさの薄切りにする。ふきは下処理をして2cmくらいの長さに切り、玉ねぎはみじん切りにする。
- 2 米は洗って30分以上、ざるにあげて水気を切る。
- 3 フライパンにオリーブオイルを熱し、1の玉ねぎを広げ、分量の塩小さじ1/2をふり弱火で熱する。
- 4 玉ねぎがしんなりしたら、たけのこ、ふきを加え炒め、さらに米を加え、米が透き通るまで炒める。
- 5 炊飯器に、4残りの塩小さじ1/2と分量の水加え、通常通り炊く。