＼ Let's cook！ ／

料理名

作った写真を
はり付けてみよう

コメント

材料：4人分

- 米：2カップ
- 鶏もも肉：2枚
- エビ：8尾
- イカ：1杯
- トマト：2個
- 黒いんげん豆：1カップ
- パプリカパウダー：大さじ2
- チキンブイヨン：4カップ
- サフラン：少々
- オリーブオイル：大さじ2

作り方

1. 鶏もも肉とエビ、イカをオリーブオイルで炒め、塩胡椒で味付けする。
2. 米を加えてさらに炒め、トマト、黒いんげん豆、パプリカパウダーを加えて混ぜる。
3. チキンブイヨンとサフランを加え、20分間炊く。
4. 具材を混ぜて完成。

- **塩：適量**
- **黒胡椒：適量**