＼ 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

- アルボリオ米：200g
- スピルリナパウダー：小さじ2
- 魚介類のミックス（エビ、イカ、ムール貝）：300g
- ホワイトワイン：100ml
- 鶏ブロス：500ml
- パルメザンチーズ：50g（削り）
- バター：50g
- 塩、黒胡椒：各適宜

作り方

1. 魚介類をオリーブオイルで炒め、一旦取り出します。
2. 同じ鍋でアルボリオ米を炒め、ホワイトワインを注ぎます。
3. 酒が飛んだらスピルリナパウダーを加え、鶏ブロスを少しずつ加えながら炊きます。
4. 魚介類を戻し入れ、バターとパルメザンチーズで仕上げます。
5. 塩と黒胡椒で調味し、盛り付けます。