

フライパンであさりのパエリア

材料（22cmフライパン使用）

お米(洗わない)2合
あさり500gくらい
オリーブオイル大さじ3
にんにくみじん切り1かけ
玉ねぎみじん切り1/4個分
ミニトマト4個
ホールトマト100g
水400cc弱
コンソメ小さじ2
サフラン(なくてもOK)少々
塩コショウ少々
パセリみじん切り適量



作り方

- 1 水を温めてコンソメを溶かしておくサフランを入れて色を出す
アサリは砂抜きしてよく洗う
- 2 フライパンにオリーブオイルをひいてにんにく・玉ねぎをよく炒める
お米を洗わずそのまま加えて透き通るまで炒める
- 3 ①のスープとホールトマト・塩コショウを加えて強火で沸騰させてかき混ぜる
アサリを加えたら蓋をして弱火で20分加熱
- 4 ミニトマトを加え再び蓋をして1分強火で加熱、火を止めて15分蒸らす
パセリのみじん切りをちらして完成☆