

アスパラガスのバターピラフ



調理時間

約50分

カロリー

355kcal(1人分)

材料

(4人分)

米	2合
アスパラガス	4本
新じゃがいも	4個
新玉ネギ	1/2個
バター	20g
コンソメの素	1個
水	400ml
塩・コショウ	各少々

作り方

- 1 米は洗って30分浸水させ、水気を切っておく。
- 2 アスパラガスははかまを取って3cmの長さに、新じゃがいもは皮を良く洗って、半分の大きさに、新玉ネギは1cm幅のくし形に切る。
- 3 ダッチオーブンに(1)を入れ、(2)とバターをのせ、刻んだコンソメの素と水を入れ、蓋をしてグリルに入れる。
- 4 オーブンモードを選択し、タイマーを20分に設定してグリルを点火する。消火後そのままグリルの中で20分余熱する。
- 5 炊き上がったら全体をさっくりと混ぜ合わせ、塩、コショウで味を調える。

ダッチオーブンが野菜のおいしさを丸ごと引き出す、ごはん料理の得意メニュー。