

## アスパラと小エビのリゾット

材料（4人分）

米200g、グリーンアスパラ4本、小エビ160g、玉ネギ1/2個、イタリアンパセリ4枝、ブイヨン800cc、バター30g、オリーブ油30cc、白ワイン100cc、塩・コショウ適量



作り方

- 1 玉ネギをみじん切りにする。アスパラは下3分の1くらいをピーラーで皮をむき、5mmくらいの厚さの斜め切りにする。イタリアンパセリは半分をみじん切りにする。
- 2 フライパンにバターを溶かし、オリーブ油を入れ、玉ネギを入れて焦がさないように炒める。玉ネギが透き通ったら、米（洗わない）を入れて3分ほどかきまぜる。白ワインを入れてまぜる。アスパラを入れる。
- 3 別な鍋にブイヨンを温めておき、ひたひたになるくらいフライパンに入れて、煮詰める。ブイヨンが少なくなったら足しながら、15～20分煮詰める（アルデンテになるまで）。
- 4 出来上がり1分前に小エビを入れる。塩・コショウで味を調える。
- 5 平皿に盛り、イタリアンパセリのみじん切りをふり、中央にイタリアンパセリの葉を飾る。

料理のポイント

- 1 ブイヨンは一気に全部入れないで、必ずひたひたになる程度入れ、足りなくなったら継ぎ足します。こうして、アルデンテになるまで煮詰めるので、分量を使い切るということではありません。ブイヨンが濃すぎと思ったら、水を加えます。
- 2 米を煮るときは、粘りを出さないため、かき混ぜすぎないようにします。