

ベーコンとブロッコリーのリゾット

材料（4～6人分）

米300g、ベーコンの薄切り2枚、ブロッコリー1/3株、玉ネギ（中）1/2個、固形スープ1個、白ワイン60cc、バター30g、EXV（エキストラ・バージン・オリーブ油）30cc、塩・コショウ適量、パルメザンチーズ適量、イタリアンパセリ1枝



作り方

- 1 ベーコンは2cm角に切る。玉ネギはみじん切りにする。ブロッコリーはつぼみの部分は細かく分け、茎は皮を厚めにむいて細かい乱切りにする。イタリアンパセリはあらみじん切りにする。
- 2 鍋に湯を沸かし、塩を少々入れてブロッコリーをゆでて氷水に落とす。ゆで汁はとっておく。
- 3 フライパンにバターを溶かし、EXVを加えて、玉ネギを焦がさないように炒める。玉ネギが透きとおってきたら、ベーコンを加えて炒める。米（洗わない）を入れて3分ほどかき混ぜる。白ワインを入れて少し煮詰める。
- 4 ここに、温めておいたブロッコリーのゆで汁をひたひたになるくらい入れ、固形スープを入れて、煮詰める。途中でゆで汁が足りなくなったら足しながら15～20分くらい煮詰める。米の芯に歯ごたえが残るくらい（アルデンテ）になったら、塩・コショウで味をととのえ、ゆでておいたブロッコリーを加えてざっくり混ぜる。
- 5 平皿に盛り付け、イタリアンパセリを散らす。

料理のポイント

ブロッコリーをゆでるときは、竹串を差して固さを確認しながらゆでます。つぼみの部分に歯ごたえが残るように、固めに仕上げます。