

カルボナーラ風 リゾット



材料 (2人分)

- ご飯 200g
- にんにく 1かけ
- オリーブオイル 小さじ 1
- ベーコン 3枚
- 玉ねぎ 80g
- しめじ 50g

下準備

- ベーコンは 1cm 幅に切る。
- 玉ねぎは粗みじん切り。
- しめじは石づきを取り、長さ半分に切る。
- にんにくは皮と芯を除き、包丁の腹でつぶす。
- 卵は入れる直前に溶いておく。

A	・牛乳 300 cc	*
	・コンソメ 小さじ 2	*
	・塩 少々	*
	・粉チーズ 大さじ 3	*
	・卵 1個分	
B	・塩 少々	
	・黒コショウ 少々	
	・粉チーズ 適量	
	・卵黄 or 温泉卵 お好みで 1 個	
トッピング	・黒コショウ 少々	

作り方



ご飯はぬめりをとるため、水で洗ってザルにあげ水気をきる。



鍋にオリーブオイルとにんにくを入れ、弱火にかけ香りが出てきたらベーコンを加え焼き色がつくまで炒める。



ご飯を加え弱火でひと煮立ちさせ、粉チーズを加え混ぜ、火からおろして粗熱をとる。



ご飯を加え弱火でひと煮立ちさせ、粉チーズを加え混ぜ、火からおろして粗熱をとる。



溶き卵を加えてよく混ぜ合わせ、Bで味を整える。器に盛り付けて、黒コショウとお好みで卵黄をトッピングして完成。

お米の 豆知識

三笠市で一番作付面積が広いのはお米です。良い土に恵まれているので毎年おいしいお米が収穫できています。三笠では「ゆめぴりか」「ななつぼし」「おぼろづき」「ふっくりんこ」「きらら 397」を主に生産しています。それぞれのおいしさを味わって、自分好みを探してみてください。