

## ジャガイモのリゾット

合計加熱調理時間 約 30分

[1人分：263kcal/ 食塩相当量：0.7g]

クリーミーで誰でも食べやすく、しかも嬉しい低カロリー。  
コンビ加熱のみでかんたんに仕上がります。



## 材料（10人分）

ジャガイモ（皮をむいて薄切り）	500g
<材料a>	
米	250g
ベーコン：塊（5mm角に切る）	150g
タマネギ（みじん切り）	100g
ニンニク（みじん切り）	10g
オリーブオイル	大さじ1
牛乳	500cc
水	800cc
顆粒コンソメ	大さじ1
パルメザンチーズ：粉	50g
イタリアンパセリ	適宜

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

## 分量

10人分

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	100%	5分	200℃
2	コンビ	100%	25分	150℃

## 下ごしらえ

・米は洗い、ザルにあげて水気をしっかり切る。

## 作り方

- 20mmのホテルパン1枚にジャガイモを入れ、65mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れて【設定1】で予熱後、加熱する。
- 粗熱を取り、牛乳を加えてミキサーにかける。
- 1の<材料a>のホテルパンに2、水、顆粒コンソメを入れ、フタをして【設定2】で予熱後、加熱する。
- パルメザンチーズを加えて混ぜ、イタリアンパセリをのせる。



## 調理ポイント

- ◆季節の食材を加えてもよい。
- ◆再加熱して提供したり、小分けにして保存する場合は、牛乳と水を控えめにすること。