

# サツマイモと手羽先のリゾット

～サツマイモ料理～

(約4人分)



## ■材料

|            |                                                                                                              |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 米          | 220g                                                                                                         |
| 玉ねぎ        | 1/3個・・・みじん切り                                                                                                 |
| サツマイモ      | 1/3本・・・1cm角                                                                                                  |
| 手羽先        | 7本                                                                                                           |
|            | 綺麗に洗い、鍋にひたひたの水、ベイリーフ、塩、胡椒、パセリの茎、ニンニク1/2個潰したものを入れ、ことこと煮てスープを取る、身がほろりと骨から取れるようになったら手羽先を取り出し、表面を美味しそうな焦げ色に焼いておく |
| バター        | 30g                                                                                                          |
| 白ワイン       | 250g                                                                                                         |
| ブイヨン       | 1400cc (熱い状態)                                                                                                |
|            | めいぼの骨でスープを取り濾したものと手羽先で取ったスープに香味野菜を加えて作っておく                                                                   |
| パルメジャーノチーズ | 65g・・・すりおろす                                                                                                  |
| 塩胡椒        | 適宜                                                                                                           |
| オリーブオイル    | 適宜                                                                                                           |

## ■作り方

- ① サツマイモは1cm角に切りバター7gで香ばしく炒めておく
- ② 鍋に残りのバターとオリーブオイルを熱し、玉ねぎのみじん切りを焦がさないよう透き通るまで炒める。
- ③ 米を加え、透明になるまで炒め、白ワインを加え、煮詰める
- ④ 熱いスープをひたひたまで加え、煮詰め、スープを加え・・・を繰り返す（軽く沸騰している状態で15分位）
- ⑤ アルデンテ直前になったら、①のサツマイモ、残りのバター、すりおろしたチーズを加え、塩胡椒で味を調える