
サーモンとクレソンのリゾット

| | |
|----------|--------|
| 〈材料〉 | 6人分 |
| 米 | 270g |
| オリーブオイル | 大さじ1 |
| 玉ねぎ | 45g |
| ズッキーニ | 小1本 |
| スモークサーモン | 40g |
| クレソン | 2束 |
| バター | 20g |
| パルメザンチーズ | 40g |
| スモークサーモン | 6枚 |
| 昆布水 | 約800cc |



〈作り方〉

- 1 玉ねぎはみじんきり。ズッキーニは8mmの角切り、スモークサーモンは仕上げに使う6枚をとりおき、残りは粗いみじん切りにする。パルメザンチーズはおろす。
- 2 クレソンはさっと塩茹でして冷水で色止めし、ザク切りにする。茹で汁50cc加えてミキサーでピューレ状にする。
- 3 鍋を温めてオリーブオイルを熱し、玉ねぎをよく炒め、サーモンとズッキーニを加えて更に炒める。
米を加えて油をなじませるように炒め、熱した昆布水の1/3量加え混ぜながら加熱する。
米肌が見えてくれば少しずつ湯を加えていく。18分くらいを目安に水分を調整する。
米に火がとおれば、バターとチーズを加えて火を止めて混ぜて味を調べ、クレソンのピューレを加える。
- 4 フライパンにサーモン6枚を平らに並べてカリカリに焼く。
皿にリゾットを盛り付け、サーモンを添える。