
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。