

【料理名】 リゾットパイ	高等学校名	高知県立 高知農業高等学校
	チーム名	チーム ^{こうのう} 高農
	代表者氏名	^{さ さ き} 佐々木 ^{ゆす は} 柚葉

材料（ 4人分 ）

ごはん・・・300g

ごっくん馬路村・・・1本（180ml）

ニラ・・・1束半

牛乳・・・200ml

パイシート・・・1袋

粉チーズ・・・大さじ4

ベーコン・・・4枚

玉ねぎ・・・1個

バター・・・40g

にんにく・・・4片

コンソメ・・・大さじ2

卵・・・1個

パセリ・・・1つまみ

材料費 2,441円 所要時間 60分

【 作り方 】

＜ゆずリゾットパイ＞

- ① フライパンにバターを 20 g 溶かし、にんにく 2 片を細かく切り刻んだのを炒める。
- ② にんにくの香りがたってきたら、1/2 の玉ねぎをみじん切りしたのを入れ炒める。
- ③ 玉ねぎが飴色になってきたら、2 枚のベーコンを細切りにし、さっと炒める。
- ④ 150 g のごはんをごはんにかぶる程度の水と、大さじ 1 のコンソメを入れ、水分がとぶまで炒め、水分が少なくなってきたら、100 g の牛乳と大さじ 2 の粉チーズ、ごっくん馬路村を 180ml 入れます。（予熱 180°）
- ⑤ できたリゾットを三角形に切ったパイシートに包み 15 分で焼く。

＜ニラリゾットパイ＞

- ① フライパンにバターを 20 g 溶かし、にんにく 2 片を細かく切り刻んだのを炒める。
- ② にんにくの香りがたってきたら、1/2 の玉ねぎをみじん切りしたのを入れ炒める。
- ③ 玉ねぎが飴色になってきたら、2 枚のベーコンを細切りにし、ニラも入れ炒める。
- ④ 150 g のごはんをごはんにかぶる程度の水と、大さじ 1 のコンソメを入れ、水分がとぶまで炒め、水分が少なくなってきたら、100 g の牛乳と大さじ 2 の粉チーズを入れます。（予熱 180°）
- ⑤ できたリゾットを三角形に切ったパイシートに包み 15 分で焼く。

アピールポイント

この料理は、お子さんと楽しく作ることができます。また、乳製品を使うことで「こく」を出すことができ、パイシートを使うことでサクサクに仕上げることができ、お菓子感覚で食べることができます。“ぜひ、作ってみてください。”

