

季節で検索 **ハッピーレシピ辞典**



「ハッピー料理教室 日の出みりん 2015年3月15日より」

パエリア ハッピー料理教室



※写真はイメージです。

材料(4人分)

米	2合
赤パプリカ	50g
黄パプリカ	50g
鶏モモ肉	300g
あさり	250g
ハッピーブランド料理酒	100cc
イカ	1杯
トマト	1個
玉ねぎ	1/2個

▼下味▼

ハッピーブランド料理酒	大さじ1
コショウ	適量
塩	適量

▼A▼

サフラン	1つまみ
水	600ml
コンソメ	1個
塩	小さじ1/2

- 鍋に<A>を入れて煮立て、コンソメを溶かし、サフランの色を出す。
- あさは砂抜きし洗い、酒蒸しにする。
- にんにく、玉ねぎはみじん切りにし、パプリカはくし切り、イカは輪切り、鶏肉は一口大、トマトは乱切りにする。
- 鶏肉にハッピーブランド料理酒、塩、コショウで下味をつけ、フライパンにオリーブ油を熱し、鶏肉の両面を香ばしくさっと炒め取り出しておく。続いてイカもさっと炒め取り出す。
- フライパンににんにくを加え、香りが出てきたら玉ねぎを入れ、しんなりするまで炒める。
- 5にお米を入れて炒める。この時お米は洗わずにそのまま使う。お米全体に油が回りお米が透き通ってくるまでしっかり炒める。
- 1のスープに加えて鶏肉、イカ、トマト、パプリカをのせて蓋をし、強火で沸騰させる。沸騰したら中火で5分、さらに弱火で10～12分炊く。
- 火を止めてあさりを入れ10分蒸らしたらパセリ、レモンをのせて出来上がり。

レシピで使用している商品のご紹介



■ハッピーブランド 料理酒