

## 作ってみよう! 家で簡単ひるごはん

### キャロットピラフ



材料 4人分

- ・米・・・・・・・・・・2合
- ・ウインナー・・・・・・・・4本
- ・にんじんジュース・・・・200cc
- ・たまねぎ・・・・・・・・小1個
- ・ミックスベジタブル・・・・100g
- ・洋風スープの素・・・・大さじ1/2
- ・塩・・・・・・・・・・小さじ1/2
- ・こしょう・・・・・・・・少々
- ・バター・・・・・・・・・・小さじ1



作り方

- 1、米を洗う。
- 2、ウインナーは小さくカット、玉ねぎはみじん切りにする。
- 3、①ににんじんジュース、水を炊飯器の2合の目盛に合わせ入れる。調味料を加えよく混ぜる。
- 4、たまねぎ、ミックスベジタブル、ウインナーを上に広げ、炊飯する。
- 5、炊けたらバターを加え、蒸らしてからよく混ぜる。

一口メモ

給食で大好評だったキャロットピラフです。材料を切ったら、後は炊飯器に入れるだけ！にんじんジュースをトマトジュースに、ウインナーを鶏肉に変えると、炊き込みチキンライスにもなります。

