

# ポテトピラフ



素揚げしたじゃがいもを入れた、彩りがきれいな具たくさんピラフです。

## 《調理のポイント》

じゃがいもを揚げているので香ばしく、ご飯に混ぜた後もくずれにくくなります。

## ◇材料（5人分）◇

- 精白米 3合
- ◎塩 小さじ1/2
- ◎酒 小さじ1
- 玉ねぎ 1/2個
- にんじん 1/3本
- ホールコーン 50g
- グリンピース 10g
- 鶏もも肉（小間切） 50g
- サラダ油 小さじ1
- バター 10g
- 塩 小さじ1/2
- こしょう 少々
- じゃがいも 中2個
- 揚げ油 適量

## ◇作り方◇

- ① 玉ねぎ、にんじんは1cm角に切ります。
- ② じゃがいもは1.5cm角くらいに切り、素揚げにします。
- ③ フライパンに油を熱し、鶏肉、にんじん、玉ねぎを炒め、コーンとグリンピースも加えたら塩、こしょうで調味し、具と煮汁に分けます。
- ④ ◎の調味料と煮汁でご飯を炊きます。
- ⑤ 炊きあがったら、具とじゃがいもとバターをのせ、蒸らします。