

洋風魚介トマトソースのパエリア



写真はイメージです

使った商品はこちら

[ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD
トマトと魚介だしのつゆの素](#)



洋風魚介トマトソースのパエリア

[材料(2人分)]

お好みの魚介(海老、いか、たこ、あさりなど3~4種類)	300g
玉ねぎ(1cm角切り)	80g
パプリカ(縦1cm幅に切る)	40g
トマトと魚介だしのつゆの素	200ml
米(洗わない)	2合
水	350ml
オリーブオイル	大さじ2/3

[作り方] 調理時間:約40分

1. フライパン(あるいは浅鍋)にオリーブオイルを熱し玉ねぎを炒める。火が通ってきたら米を入れ、米が透き通ってくるまで炒める。
2. 1にトマトと魚介だしのつゆの素、水を入れ軽くまぜ、食べやすい大きさに切った魚介とパプリカをバランスよくのせる。
3. 弱めの中火で加熱し、沸騰したら2~3分そのまま加熱する。その後蓋をして弱火にし15~20分加熱し、火を止めて蓋をしたまま10分蒸らす。

※お好みでディルやイタリアンパセリを散らすと、一層香りよくお召し上がりいただけます。



ISETAN
MITSUKOSHI
THE FOOD

ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD
トマトと魚介だしのつゆの素

海老・鯛・あさりの魚介ベースに、サフラン・白ワイン・トマトを加えた洋風のつゆの素です。化学調味料不使用。

発行:クイーンズ伊勢丹