



パエリア

材料 (4人分)

米	200g
水	240ml
A サフラン	ふたつまみ
白ワイン	大さじ1
鶏手羽中 (半割にしたもの)	8本
有頭エビ	4尾
赤パプリカ	1/4個
にんにく	1/2片
玉ねぎ	1/4個
オリーブ油	大さじ1
塩・こしょう	適量
黒オリーブ	4個

作り方

- 1 水にサフランを加えて30分以上おいておく。鶏手羽中と有頭エビは塩を振り、5分ほどおいて汁気をしっかりふく。赤パプリカは横半分に分けてから8等分する。
- 2 にんにく、玉ねぎはみじん切りにする。
- 3 浅鍋を中火にかけ、1分30秒加熱し、温める。1の鶏手羽中を皮目から入れてこんがり焼き、一旦取り出す。
- 4 3の鍋にオリーブ油を入れて弱火にし、2のにんにくを加え、香りが立ったら玉ねぎを加え炒める。玉ねぎが透き通ったら米を加え炒め、全体に油がなじんだらAを加えて塩・こしょうで味を調え中火にする。3で取り出した鶏手羽中をのせ、1のエビと赤パプリカ、黒オリーブも、のせる。
- 5 4の鍋が沸騰したらフタをして弱めの弱火にし、10分加熱する。フタをして、そのまま5分蒸らす。

フタ：ガラスフタ
本体：深鍋

