



**クランベリーの
スパイスピラフ**

材料

（作りやすい分量）

ドライクランベリー	80g
鶏もも肉	1枚
オリーブオイル	大さじ2
にんにく(みじん切り)	1片
タマネギ(みじん切り)	1/6個
ターメリック	小さじ1/2
クミンシード	小さじ1/2
オレガノ	小さじ1/2
黒コショウ	小さじ1/2
米	2カップ
水	1 2/3カップ
固形スープ素	1/2個
塩	小さじ1/2

作り方

1. 鶏もも肉は塩少々をもみこみ、角切りにする。
2. 鍋にオリーブオイル、タマネギとにんにくを入れて香りがたったら、1の鶏肉を入れて焼く。
3. スパイス類とクランベリーを入れて炒め合わせる。
4. 炊飯器に分量の米と水、固形スープの素、塩を入れ、3をのせて普通に炊く。

コメント

炊飯器に入れれば出来あがる簡単ピラフ。スパイスはお好みのもので、ない場合は省いてもOK。クランベリーの甘酸っぱさが、鶏肉とマッチします。また、クランベリーなら色あせせずに炊きあがってくれるのも嬉しいポイント。何も手を加えずにそのまま入れる、そんなお手軽効果もあるんです。