

IH調理 あさりとアスパラのトマトリゾット

野菜のおいしさや彩りを活かしたレシピ 



レシピのポイント

残りごはんでもおいしくできるお手軽メニューです。冷やごはんを使う場合は電子レンジでかるく温めてから加えるとおいしく仕上がります。

適温調理

サポート

材料（4人分）

カゴメ基本のトマトソース	1缶（295g）
あさり（殻つき、砂抜きをしたもの）	350g
アスパラガス（3cm長さに切る）	3本（50g）
白ワイン	50mL
ごはん	300g
オリーブ油	大さじ1
塩	小さじ1/5
こしょう	少々

このレシピに使われている商品



[カゴメ基本のトマトソース](#)

作り方

1. 前工程

- ・フライパンをIHヒーターの中央に置く。
- ・オリーブ油を入れる。
- ・アプリから「**レシピ送信**」ボタンを押し、表示部に「**047**」を表示させる。
- ・「**スタート**」ボタンを押す。
- ・音声が流れ表示部に「**適温**」が表示されたら、あさりとアスパラガスを入れる。

2. 工程1

- ・「**OK**」ボタンを押す。
- ・あさりとアスパラガスを炒める。



- ・目安時間になったら、白ワインを加え、ふたをする。

3. 工程2

- ・「**OK**」ボタンを押す。
- ・蒸し焼きにする。



- ・目安時間になり、あさりの口が開いたら、トマトソースを加える。

4. 工程3

- ・「**OK**」ボタンを押す。
- ・軽にかき混ぜ、煮立たせる。



- ・目安時間になり、煮立ったら、ごはんを加える。

5. 工程4

- ・「**OK**」ボタンを押す。
- ・軽にかき混ぜ、煮立たせる。



- ・目安時間になり、ひと煮立ちしたら、「**切**」ボタンを押す。

6. 仕上げ

- ・塩、こしょうで味を調える。