

鍋で作ることが出来る

# チキンライス



調理時間 約 50分

## 材料 4人分

米 2カップ  
鶏もも肉 100g  
玉ねぎ 大1/2個  
マッシュルーム 4個  
バター 大さじ2

A [ コンソメスープ 450cc  
トマトケチャップ 60g  
塩 小さじ1/2  
こしょう 少々

## 作り方

1. 米は洗ってザルに上げておきます。
2. 鶏肉は角切り、玉ねぎはみじん切り、マッシュルームはうす切りにします。
3. 鍋にバターを入れて火にかけ、2をよく炒めます。
4. 3に米を入れて炒め、米が透き通ってきたら火を止め、Aを加えて自動炊飯機能で炊きます。

自動炊飯機能がない場合の目安  
中火で沸騰させ、沸騰後弱火で  
10分、消火し、むらし10分。