

\ Let's cook! /

料理名

作った写真を
はり付けてみよう



コメント

材料：4人分

- すし飯：4人分
- エビ：200g
- イカ：200g
- 貝類：200g
- パプリカ（赤、黄）：各1個
- にんにく：2片
- オリーブオイル：大さじ2
- 酒：大さじ2
- 塩：適量
- 胡椒：適量

作り方

1. エビ、イカ、貝類は清潔に洗い、にんにくはみじん切りにします。
2. パプリカは種を取り除き、細切りにします。
3. フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくを炒めます。
4. エビ、イカ、貝類を加えて炒め、パプリカも加えます。
5. すし飯を加え、全体がよく混ざるように炒めます。
6. 酒を加えてアルコールを飛ばし、塩と胡椒で味を調えます。