

家にある材料で ゆでるピラフ



材料（2人分）

米	150g(1カップ)
水	200g(1カップ)
にんじん	20g
玉ねぎ	30g
ベーコン	1枚程度
コンソメ	小さじ1

作り方

- ①にんじん、玉ねぎ、ベーコンを適当な大きさに切り、全ての材料を袋に入れる。
- ②空気を抜き密封しゆでる。
- ③25分程度ゆで口をあけほぐし、口を閉じて蒸らす（15分程度）。

