

エスタンボリ

今回は、私のパートナーが子供の頃に好きだったご飯を作ってもらいました。
子供の頃は、赤いご飯と言っていたそうですが、エスタンボリという名前のご飯だそうです。
こちらも簡単なので、ぜひみなさんにも作ってみたいです。

玉ねぎ小1個、ジャガイモ小3つまたは大1個は粗みじん切りにして、オリーブオイルで炒めます。

調味料の量は適当ですが、目安はターメリック大さじ1くらい、塩小さじ1くらい、
トマトペースト大さじ1~2くらいを入れて、さらに少し炒めます。

最後にトマト2個をスライスして加えます。少し炒めて、具は完成です。

次にご飯。米2合くらいをさっと洗って茹でます。

柔らかく、細長くなったらザルにあげて水気を切ります。

ご飯を鍋に入れて、具を加えてさっと混ぜます。

コップ半分の水を加えて、オリーブオイルを少しかけて、ふたをして弱めで40分くらい煮込みます。

トマトの色がキレイな赤いご飯の出来上がりです。

私は全体的に柔らかめが好きですが、もう少し煮る時間を減らせば、普通のご飯くらいになるかと思います。

(この作り方だと、結構柔らかいです。高齢者か、と言われてしまいます...)

出来上がり写真にみえている緑色のは、青唐辛子です。

辛いのが好きなので、入れてもらいました。

