



シェフ考案レシピ！余ったご飯と野菜でかんたんに

余ったご飯でリゾットコロツケ

材料（4人分）

余った野菜のみじん切り	120g
（にんじん、玉ねぎ、ピーマンなど）	
冷やご飯	茶碗2杯分（約360g）
牛乳	200cc
ビーフブイヨン（粉）	適量
塩・こしょう	少々
サラダ油	少々
小麦粉・卵・パン粉	少々
揚げ油	適量

作り方

- ①野菜のみじん切りとサラダ油を鍋に入れ、弱火で炒める。
- ②①に冷やご飯と牛乳を入れ中火にし、水分がなくなるまでよく煮る。途中、ビーフブイヨン、塩、こしょうで調味する。
- ③②をバットに入れて冷まし、丸いピンポン玉形に整形し、小麦粉、卵、パン粉をつけ、揚げ油180℃で色よく揚げる。
- ④好みでケチャップ、マヨネーズを添える。