

魚介がごろごろたっぷり！
ビールの飲みごたえとキレのよさが、
スパイシーな味わいとgood！



スパイスはチリパウダーだけ。
フライパンで簡単につくるのが
クリトモ式ジャンバラヤ。
海老は殻をむいたら1尾丸ごと。
たこは最後にサッと火を通すのみ。
魚介のだしがたっぷりしみた
スパイシーな味わいに、
辛口のうまさでビールが
すすみます！

海老とたこのジャンバラヤ風

材料 (2~3人分)

海老 (無頭・殻付き) … 200g
ゆでたこ … 200g
チオリソー … 70g
にんにく … 1片
玉ねぎ (小) … 1/2個
セロリ … 1/2本
白米 … 1合
サラダ油 … 大さじ2
チリパウダー … 大さじ1
塩 … 小さじ1

- 1** 海老は殻をむき、背に切り込みを入れて背ワタを取る。
たこは一口大に、チオリソーは幅1cmに切る。野菜はすべてみじん切りにする。
- 2** フライパンにサラダ油を引いて、にんにくと玉ねぎを炒める。
透明になってきたら海老とチオリソー、セロリを加えてさらに炒める。
海老の色が変わったら海老だけいったん取り出し、白米 (洗わなくてOK) を加えて全体をよく混ぜながら炒め合わせる。
米に透明感が出てきたらチリパウダーと塩を加えて全体をなじませ、海老を戻し、たこを加える。
- 3** 全体を平らにならして水230ml (分量外) を注ぎ、蓋をして中火に。フツフツとしてきたら弱火にして、蓋をしたまま15分炊く。味見して米に火が通っているのを確認したら火を止め、よく混ぜ合わせて再度蓋をして10分。しっかり蒸らしたら出来上がり。