

Petite Boule Risotto-
Soupe de poissons traditionnelle
スープ・ド・ポワソン リゾットのフティブル



(株)オリーブドゥリュック
Luc DOUMENGE

スープドポワソンのリゾットの材料(10 個分)

ごはん	100g
玉ねぎソテー	20g
オリーブオイルEXV	10g
水	250ml
ブイヨン(キューブ)	1/2個
バター	10g
にんにくペースト	6g
ブーケプロヴァンサル	8g
塩・こしょう	少々
シュレッドチーズ	31g
冷凍小エビ	5~60g
ブラックオリーブ種抜き	25g
セミドライトマト (みじん切りまたはダイスカット)	15g



スープドポワソンのリゾットの作り方

- ① 冷凍小エビをオリーブオイルで炒め、ボールによけておく。
- ② フライパンにオリーブオイルをひき、ご飯、玉ねぎのソテーを加え炒める。
- ③ ②に温めておいたスープドポワソン、バター（溶けやすくカットしておく）、にんにくペースト、ブーケプロヴァンサルを加える。
- ④ ①とブラックオリーブ、セミドライトマトを加え、塩コショウで味をととのえ、シュレッドチーズを入れ、手早く混ぜる。

スープ・ド・ポワソン リゾットの プティブールの材料



プティブール

(デニッシュ生地またはフランス生地) 40g

スープドポワソンのリゾット

35g

ルイユセトワーズ

1/2g

パルメザンチーズ

