

ビリヤニ (バッキ式)

材料 4, 5 皿分

バスマティライス	3 0 0 g
水	2 ℓ
塩	大さじ 3
カルダモン (軽くつぶして)	4 粒
オイル	小さじ 2

バスマティライスは軽く洗い、ざるに上げて水をよく切り、20 分以上水につけておく。

分量の水に塩、カルダモン、オイルを入れて沸騰させたらよく水を切ったライスをいれ、たまにかき混ぜて 5 分煮る。→ざるに上げて置いておく

鶏もも肉	5 0 0 g
A ヨーグルト	1 0 0 g
しょうがすりおろし	大さじ 2
にんにくすりおろし	小さじ 2
クミン	小さじ 1
コリアンダー	小さじ 2
ガラムマサラ	小さじ 2
カイエンペッパー	小さじ半分
クローブ	小さじ半分
黒コショウ	小さじ半分
塩	小さじ 1
トマトペースト	大さじ 1

●米油	大さじ 2
玉ねぎ薄切り	大 1 (3 5 0 g)

●米油	大さじ 1
B シナモン	1 本
ベイリーブ	1 枚

●トッピング	
水溶きターメリック	
小さじ 1 を大さじ 1 の水に溶かす	
しょうが千切り	1 0 g
パクチー	1 束
ミント	適量
レモン	1 個

1 鶏もも肉は大き目の一口大に切り、A をもみ込んで 1 時間以上冷蔵庫に置いておく。(前日もオッケイ)

2. 油を熱して玉ねぎの薄切りを入れ、あめ色玉ねぎを作っておく。一度取り出し半分はトッピング用にとっておく。

3. 煮込みのできる鍋にオイルと B を入れ、香りが出たら①のマリネした鶏を入れて炒める。少し焼き目がついたら蓋をして 5 分弱火で蒸し煮にして、②のフライドオニオンの半量も入れて混ぜる。

4. ゆでておいたライスを③の上に重ねて入れ、半量のフライドオニオン、しょうが千切り、水溶きターメリックをかけ、強火にかけ、蒸気が出てきたらふたをして弱火で 5 分炊く、そのまま 5 分蒸らす。

5. 鍋の中で混ぜて (あまりきっちり混ぜない) お皿に盛り、パクチー、ミント、レモン、紫たまねぎをトッピングして完成

