

アンケートでご要望頂いた、秋におすすめの混ぜご飯を紹介します★

～舞茸ごはん～



〈材料〉(4人分)

・精白米	2 合 (300g)
・舞茸	1 パック
・人参	1/2 本
・砂糖	小さじ 1
・料理酒	小さじ 1
・塩	少々
・しょうゆ	大さじ 1.5
・だし汁	200cc

〈作り方〉

- ① 人参を千切りにする。
- ② 舞茸を食べやすい大きさに切っておく。
- ③ 生米・調味液・人参・舞茸を炊飯釜に入れ、炊き込みモードで炊く。
- ④ 炊きあがったら、完成です♪

～さつまいもごはん～



〈材料〉(4人分)

・精白米	2 合(300g)
・さつまいも	120g
・酒	大さじ 1
・塩	小さじ 2/3
・昆布(5cm角)	1枚
・白ごま	お好みで

〈作り方〉

- ① さつまいもを 1.5cmの角切りにし、水にさらす。
- ② 研いだお米に炊飯器の 2 合のメモリまで水を加える。
- ③ ①に酒と塩を加えて混ぜ、昆布とさつまいもをのせて炊く。
- ④ 炊き上がったからお好みでごまを振って完成です♪

