

ひじきご飯

材料(2合分)

米	2合
人参	1/3本
干しひじき	5グラム
油揚げ	1枚
和風顆粒だし	小さじ1
砂糖	小さじ2
みりん	小さじ2
料理酒	小さじ1
しょうゆ	小さじ4
絹さや	適量

作り方

- ① 人参を千切りにする。
- ② 油揚げを短冊切りにする。
- ③ 干しひじきを分量外の水で戻し、柔らかくなったら、食べやすい長さに切る。
- ④ 絹さやを斜め千切りにする。
- ⑤ 炊飯釜に研いだ米、①の人参、②の油揚げ、③のひじき、調味料を入れる。炊飯釜の2合のラインまで水を入れ、1時間浸漬する。(夏場なら15~30分の浸漬)
- ⑥ 御飯が炊き上がったらすっくり混ぜ、味をみる。
- ⑦ 味が整ったら、下茹でした絹さやを散らしたら完成です♪