



栗と鶏肉のおこわ

| | | | | |
|-----|--------|------------|----------|--------|
| 材 料 | もち米 | 3合(450g) | 鶏ガラスープの素 | 大さじ1/2 |
| | 水 | 430ml | 酒 | 大さじ1 |
| | 栗(甘露煮) | 160g | 塩 | 小さじ1/2 |
| | 鶏もも肉 | 1/2枚(150g) | | |

- 作り方
- 1 もち米は洗ってザルに上げ、深鍋に入れ、水を加えて浅鍋でフタをし、30分おく。
 - 2 栗は大きければ半分に、鶏もも肉は小さめの一口大に切る。
 - 3 1の鍋に鶏ガラスープの素、酒と塩を加えて混ぜ、2の具材を加えフタをする。
 - 4 中火にかけ8～9分加熱する。沸騰したら弱火にし、10分加熱する。そのまま10分蒸らす。
 - 5 フタを開け、しゃもじで底からひっくり返すようにして混ぜる。

フタ：浅鍋
本体：深鍋

