



たこと生姜の香りごはん

(材料・4人分)

米 3合

水 510ml

茹でたこ 350g

だし昆布 5cm角

生姜(千切り) 20g

A 酒 大さじ2
みりん 大さじ1
塩 小さじ1
薄口醤油 大さじ2



(作り方)

- ① 米を洗ってザルにあげ、調理器に入れて水とだし昆布を加え、フタをして30分おく。
- ② 茹でたこは2cmぐらいの乱切りにする。
- ③ ①にAを加えて混ぜ、②を加えて中火にかける。フタを少しずらしてのせ、沸騰したらフタをしめて弱火で8~9分加熱する。
- ④ 保温器に入れ、15分保温する。
- ⑤ ごはんに生姜を入れて底から返すように混ぜ、器に盛る。

白ごはんの炊き方

(材料・4人分) 米 3合
水 600ml

(作り方)

- ① 米を洗ってザルにあげ、調理器に入れて水を加え、フタをして30分おく。
- ② ①を中火にかけ、フタを少しずらしてのせ、沸騰したらフタをしめて弱火で8~9分加熱する。
- ③ 保温器に入れ、15分保温する。