

【たけのこごはん】

材料（米2合分）

米	2合
たけのこ	150g
油揚げ	1枚
にんじん	30g
とりむね肉（こま切れ）	90g
調味料	和風だし 小さじ1と1/2
	うすくちしょうゆ 大さじ2
	酒 小さじ3
	みりん 小さじ2

旬のたけのこは、やわらかくて香りもよく、とてもおいしいよ！



いもっち

作り方

1. 米をとぎ、水に浸しておく。
たけのこはあく抜きをして、小さい短冊切りにする。
2. にんじん、油揚げはそれぞれせん切りにする。
3. 鶏肉、1、2をすべて合わせ、調味料で煮る。
4. 【3】を具と煮汁に分ける。（煮汁は冷ます。）
5. 飯器の中に、といておいた【1】のお米と、冷ました【3】の煮汁を入れる。
水目盛りの不足分は、水を加えて調整する。味が足りない場合は、塩を加えて調整する。
※後で具を混ぜるので、やや少なめの水加減でもOKです。
6. 炊飯器のスイッチを入れ、ごはんを炊く。
7. 炊き上がったごはんに、分けておいた【3】の具を混ぜ合わせて、出来上がり！



くりっち

茹でたさやえんどうを刻んでちらすと、彩りがきれいです。