



たけのこのシャキシャキとした食感がGood!

たけのこと鶏肉のおこわ

【材料（約4人分）】

- | | | | | |
|-------|------|---------|--------------|----------|
| ・米 | 2合 | ・鶏もも肉 | 40g (1cm角切り) | |
| ・もち米 | 1合 | ・にんじん | 15g (千切り) | |
| ・しょうゆ | 小さじ1 | ・油あげ | 1枚 (短冊切り) | |
| ・酒 | 小さじ2 | ・ゆでたけのこ | 50g (短冊切り) | |
| | | ・えだまめ | 15g | |
| | | A { | ・砂糖 | 小さじ1と1/2 |
| | | | ・しょうゆ | 小さじ2 |
| | | | ・みりん | 小さじ2 |
| | | | ・塩 | 少々 |

【作り方】

- ①米、もち米は、洗って30分～1時間ほど浸水させ、ザルにあげておく。
- ②炊飯器に浸水させた米、もち米を入れ、しょうゆと酒を入れて炊く。
- ③フライパンに具材を入れ、調味料Aで味付けをし、煮詰める。
- ④炊きあがったごはん、具材を混ぜ合わせる。
- ⑤ゆでたえだまめをごはんの上ののせて、できあがり。