

秋鮭ときのこの炊き込みご飯



材料

- お米…………… 3合
- 水…………… 適量
- 秋鮭（出来れば骨取り）…… 3切れ
- しめじ…………… 1株
- 万能ねぎ…………… お好み
- 塩昆布…………… 2ツマミ
- ☆ 酒…………… 大さじ3
- ☆ ニンニク…………… 小さじ1
- ☆ 醤油…………… 大さじ2
- ☆ みりん…………… 大さじ3
- ☆ ほんだし…………… 小さじ2

作り方

1. お米は研いで時間があれば30分程度浸水させておく。
2. 1を入れた炊飯器に☆の調味料を全て入れる。
3. 水を3合の線まで入れる。
4. しめじ→秋鮭の順にお米の上に乗せて炊き込みご飯モードで炊飯ボタンを押す。
5. 炊き上がったら秋鮭を一度取り出して皮を取る。骨付きの場合にはこの時点で骨も取り除いておく。
6. 秋鮭を炊飯器に戻し、塩昆布を入れてさっくり混ぜ合わせる。
7. 小口切りにした万能ねぎを乗せて完成。

メモ欄



舞茸のかきたま汁



材料

- 舞茸…………… 小2株
- たまご…………… 2個
- 水…………… 600ml
- ほんだし（顆粒だし）… 小さじ2～3
- 塩…………… 小さじ1/2
- 醤油…………… 小さじ1
- 片栗粉…………… 小さじ2
- 水…………… 小さじ2

作り方

1. 舞茸は食べやすい大きさにほぐしておく。
2. 鍋に水、ほんだし（顆粒だし）、ほぐした舞茸を入れて火にかける。
3. 沸騰したら弱火にして塩と醤油を加える。
4. 水に片栗粉を入れて水溶き片栗粉を作る。
5. 温かい状態の3をお玉でかき混ぜながら水溶き片栗粉を入れる。
6. 沸騰する直前で火を消した5によく溶いたたまごをゆっくり細く入れてお玉で混ぜて完成。

メモ欄

