

10月のレシピ

受講日 年 月 日

# さつま芋ごはん



## 材料（4人分）

- お米…………… 2合
- さつまいも…………… 大1本
- 日本酒…………… 大さじ2
- みりん…………… 大さじ1
- 顆粒だし…………… 3g
- 水…………… 適量
- ごま塩…………… お好み

## 作り方

1. さつま芋は良く洗って一口サイズのブロック状に切っておく。切り終えたさつま芋は10分程度水にさらしておく。
2. 研いだお米が入った炊飯器に、酒・みりん・顆粒だしを入れ2合の目盛りまで水を入れる。
3. 炊飯器に水を切ったさつま芋を入れて炊飯を開始する。
4. 炊き上がったら器に盛って完成。お好みでごま塩を振りかける。

メモ欄

