

メスティンで作る

たけのこ・カリカリ梅と じゃこの爽やかごはん

～材料～

1. お米1合+お水200ml
2. たけのこ…10口ほど(市販の水煮可)
3. 和風顆粒だし…小さじ1/2
4. カリカリ梅とじゃこ…各大さじ1
5. 薬味…みょうが1/4個、青しそ2枚

1. お米をといで、30分程お水にひたしておく
2. タケノコを一口サイズにカットする
3. お米に顆粒だしを小さじ半分を1に加え、全体に馴染ませる
4. お米の上にたけのこ、鯉節(適量)をのせ、蓋をして炊飯する
※炊いたら、すぐに蓋を開けずに10分むらしましょう!!
※ガス調理では、弱火で25分位が目安です
※熱が全体伝わる様に、焼き網を敷くとムラなく
ふっくらごはんになります♪
5. ごはんが炊いたら、カリカリ梅とじゃこを加えて完成です✿

◆お好みで出汁をかけて、出汁茶漬けにすると
また絶品です! お試しくださいわ!!

