

守口漬入り炊き込みご飯



【材料】

米	1.5 合
もち麦	50g
しいたけ	4 枚
油揚げ	2 枚
人参	70g (中 1/2 本)
とりひき肉	100g (むね・もも どちらでも)
守口漬	15 cm
だし汁	適量
塩	小さじ 1/4



【作り方】

- ① 米を研ぎ、30分～1時間程度浸水させ、ザルにあげる。
- ② もち麦も1時間程度浸水させ、ザルにあげる。(米・もち麦は別々にする)
- ③ しいたけの石づきを取り、細切りにする。油揚げは熱湯をかけ、油抜きしてから細切りにする。人参は千切りにする。
- ④ 炊飯器に米を入れ、1.5合の目盛りまでだし汁を入れる。
- ⑤ もち麦を入れ、だし汁100ml(もち麦の重量の2倍)を入れる。塩を加えて混ぜる。
- ⑥ しいたけ・油揚げ・人参・ひき肉を⑤の上のにのせ、炊飯する。
- ⑦ 守口漬を小口切りにし、炊きあがったご飯に混ぜる。

