
かんたん蛸飯

〈材料〉

蛸(ボイル)	100g
米	1合
a 昆布水	180cc
酒	大さじ1
醤油	大さじ1
みりん	小さじ1
塩	小さじ 1/4
生姜せん切り	10g



〈作り方〉

- 1 米は洗ってザルあげする。
- 2 鍋で a を煮立て、角切りにした蛸を加えてさっと加熱してザルでこして蛸の水気をよくきり、煮汁は冷ます。
- 3 炊飯器に米2を加えて浸水。普通に炊く。
- 4 炊きあがりに2の蛸、生姜を加えて蒸らす。