
にんじんご飯

〈材料〉

米	1 合
人参	50g
薄揚げ	1枚(50g)
ねぎの青い部分	1本
昆布水	180cc
酒	小さじ2
醤油	小さじ2
塩	小さじ 1/3



〈作り方〉

- 1 米は洗ってザルあげしておく。薄揚げは茹でて油抜きして刻む。人参は細切りにする。
- 2 鍋に昆布水、酒、醤油、塩、ねぎを加えてさっと煮てねぎを除く。
- 3 炊飯器に米、にんじん、2を加えて炊く。あればあさつきを散らす。