かみかみライス （1月21日）

材料（4人分）

- 米・・・160ｇ
- もち米・・・40ｇ
- 乾燥大豆・・・大さじ２
- ごぼう・・・1/6本
- ベーコン・・・２枚
- 生しいたけ・・・２枚
- にんじん・・・1/10本
- だし汁・・・270ｃｃ
- しょうゆ・・・小さじ1/3
- 塩・・・小さじ1/4
- さとう・・・小さじ1

①乾燥大豆は前日から水に浸しておく。

②もち米を１時間以上浸水した後、米と合わせる。

③大豆を下茹でしておく。

④ごぼう、ベーコン、しいたけ、にんじんを5mm角に切る。

⑤②、③、④を釜に入れて、だし汁、調味料を加えて炊く。

ワンポイントメモ

＊水煮大豆を使用する場合は40ｇです。