

梅じゃこごはん

和食

材料 (4人分)

お米	2合
梅干	3~4個
じゃこ	100ccぐらい
酒	大さじ2
大葉	5~6枚



作り方

1. お米をといで、ざるにあけ15分おき、さらに、15~30分水につける。
2. 炊飯器にお米、酒を入れて普通に炊く分量の水を注ぎ、梅干を箸であらくほぐし種ごと入れ、じゃこを加えて普通に炊く。
3. 大葉は水に入れしゃきとさせてから、キッチンペーパーで水分をとりせん切りにする。
4. ご飯が炊き上がったら梅干の種を取り出してザックリと混ぜ12~15分蒸らし、器に盛って大葉を飾る。

作業時間 15分(炊く時間を除く)
主な調理器具 炊飯器、ざる、ボウル