



みょうが混ぜご飯

香り食感がクセになる・みょうがレシピ①

みょうが混ぜご飯

材 料 (1人分)

- みょうが 1/2個
 - ご飯 1膳
 - 大葉 2枚
 - 白いりごま 小さじ1/2
 - ★しょうゆ 小さじ1
 - ★酒 小さじ1/2
 - ★だしパック(中身) 小さじ1/2
- ※本格・万能だしパック使用

- ① ★を合わせ、電子レンジで500w20秒加熱する。
- ② みょうが・大葉を千切りにする。切ったみょうがは30秒湯通して水気を切っておく。
- ③ 温かいご飯に、①と②に、白いりごまを軽く混ぜ合わせてできあがり♪

コツ・ポイント

- 細めに切った方が、ご飯に混ざりやすいです。
- しらす・しょうがなどを入れるとおいしいです。
- 味が濃い場合は、ご飯を追加するなどして調えてください。
- ご飯を混ぜる時は、つぶさないようにサクサク混せてください。
- 大葉は熱々ご飯に混ぜると時間が経つと変色するので、食べる直前に混ぜることをオススメです。