



だし香る♪鶏ごぼう 炊き込みごはん

香りと食感を楽しむ～ごぼうレシピ①

だし香る♪鶏ごぼう炊き込みごはん

材 料 (2合分)

ごぼう	50g
米	2合
鶏もも肉	150g
にんじん	1/5本(30g)
しいたけ	3枚
★しょうゆ	大さじ2
★酒	大さじ2
★みりん	大さじ2
★だし汁	2カップ

※本格・万能だしパック使用

- ① 米は洗って30分～1時間ザルにあげて水気をきる。
- ② ごぼうはささがきしてサッと水にさらし水気をきる。鶏もも肉は1cm角に。にんじんは1cmの長さの薄切りに。しいたけは1cmの薄切りに切る。
- ③ 炊飯器に★を入れてよく混ぜ合わせ、①の米を加えサッと混ぜ、②のごぼう・鶏もも肉・にんじん・しいたけをのせて炊き込みモードで炊飯する。
- ④ 炊き上がったら、軽く混ぜて器に盛ったらできあがり♪

コツ・ポイント

- 米はしっかりと水きりしないと水っぽくなるので、よく水きりを。
- ③で★を入れた後に味見をすると炊き上がりの味が予想できます。
- みつば・刻みのり・青ねぎなどをお好みで。油揚げを入れて炊くものもオススメです。