



# 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。