

う おろく ご は ん 。

NO. 04

ちりめん と たけのこ の
炊き込みごはん

(o'◎')b <おいしいよ!



天日干し
ちりめん

つくりかた。

材料
(2人前)

米
ちりめん
たけのこ
昆布茶(粉末)

2カップ
ひとにぎり
100g
小さじ2

下味
さけ
しょうゆ
おろししょうが(汁も)

大さじ1
大さじ1
少々



1. 米は洗ってザルにあげておく。ちりめんを下味の調味料に約15分つける。



2. ゆでたけのこを適当な大きさに切る。



3. お釜の中に米とちりめんの下味の汁、昆布茶を入れお水を規定量まで加える。ちりめんとたけのこを乗せ炊く。