

中華風 炊き込みごはん



§ 材料 § (4人分)

米	2合	塩	小さじ1
ごま油	小さじ2	しょうゆ	大さじ1
焼き豚	120g	酒	小さじ2
にんじん	1/3本	オイスターソース	小さじ1
たけのこ(水煮)	1/4本		
干しいたけ	1個		
しょうが	少々		
(チューブでもよい)			

§ 作り方 §

・干しいたけは戻しておく。

- ① 焼き豚はたんざく切り、にんじん、たけのこ、干しいたけはせん切り、しょうがはみじん切りにする。
- ② 米を研いで適量の水加減にする。
- ③ フライパンにごま油をしき、しょうが、にんじん、たけのこ、干しいたけ、焼き豚の順に加え炒めて調味する。
- ④ 炊飯器に③の炒めた具材を入れ炊く。
- ⑤ 炊き上がったらく混ぜて出来上がり。