

ホタテご飯



材 料 (4 人 分)	米	3合	しょう油 みりん 酒 塩 ほんだし	大さじ2
	ベビーホタテ(ボイル)	10個		小さじ1
	しいたけ	3枚		大さじ3
	ニンジン	1/2本		適量
	油あげ	1枚		適量

- 作** (1) ベビーホタテは、大きい時は4等分にするが小さいときはそのまま。
- り** (2) ニンジン、しいたけ、油あげは千切りにする。
- 方** (3) 釜にといだ米を入れ、水と調味料を入れ、そこに具をのせて、炊きあげる
- (4) 炊きあがったらよくかき混ぜて完成。

一
口
メ
モ