

もちもち炊き込みごはん

～ごま油の風味が香る簡単もちもちごはん～



1人分 255kcal
塩分 0.7g

材 料（作りやすい分量・6人分）

米	2カップ（340g）	たれ	
水	400ml	オイスターソース	大さじ1/2
（しいたけのもどし汁+水）		酒	大さじ1
切りもち	1個	しょうゆ	小さじ2
豚もも肉	80g	砂糖	小さじ1/2
にんじん	50g	鶏がらスープ（顆粒）	小さじ1
干しいたけ（スライス）	8g	ごま油	小さじ1

作り方

- ① 干しいたけをもどし、米は洗ってざるにあげる。
- ② 豚肉は1センチ幅の細切りにし、たれに5～10分つける。
にんじんは1センチ角に切り、切りもちは8等分にする。
- ③ ①を炊飯器に入れ、豚肉をたれごと入れる。
にんじん、しいたけ、しいたけのもどし汁と水を入れる。
- ④ 切りもちを散らして炊く。
- ⑤ 炊き上がったら、もちとご飯がなじむまで混ぜる。