

えびと揚げの炊き込みご飯

材料	分量（4人分）	作り方
精白米・もち米	2合（180g：100g）	① 米は30分間水に浸し、ザルに上げて水気を切る。
エビ	150g	② エビは洗って皮を取り除く。
人参	40g	③ 人参は、長さ4～5cm、幅2～3mmの細切りにする。
油揚げ	1枚	④ 油揚げは5mm角に細かく切る。
しいたけ	4個	⑤ しいたけは、水で戻し薄切りにする。
大葉	2枚	⑥ ②③⑤を★で煮込む
★酒	大1	⑦ ①に、④と⑥を入れ、分量の水で炊く。
★みりん	大1	⑧ 大葉を千切りにして添える。
★しょう油	大1	
★顆粒だし	大1	
水	300cc	