



中華風炊きおこわ



調理時間 約 40分

使用した鍋 両手ナベ 3L

【材料】4人分

米（うるち米）	1カップ
もち米	1カップ
たけのこ	50g
焼き豚（市販）	80g
干しいたけ	2枚
干しえび	15g
ぎんなん	25g

A

水	200cc
鶏ガラスープの素	小さじ2
しょうゆ	大さじ1
塩	小さじ1/4
ごま油	小さじ1/2
紹興酒	大さじ1
しょうが（みじん切り）	小さじ1/2

調理手順

1. 米ともち米は合わせて炊く30分前に洗って水（分量外）に浸しておく。
2. たけのこ、焼き豚は7～8mmの角切りにする。干しいたけは150ccの熱湯（分量外）で戻して7～8mmの角切りにし、干しえびは100ccの熱湯（分量外）で戻す（※戻し汁はそれぞれとっておく）。
3. Aの水に[2]の戻し汁をそれぞれ加えて360ccにし（足りなければ水を足す）、Aの調味料を混ぜ合わせておく。
4. ビタクラフトの鍋に水切りした[1]の米と[3]を注ぎ入れ、全体をさっと混ぜたら、[2]のたけのこ、焼き豚、干しいたけ、干しえびとぎんなんをまんべんなく全体に散らす。フタをして中火にかけ、蒸気が上がれば弱火にして10分間加熱し、火を止めて10分間蒸らす。