

2. あさりと椎茸の炊き込み御飯



材 料 (4 人 分)	米	3合
	あさりむき身	150g
	椎茸(味付)	150g
	人参・ぎんなん	少々
	酒	少々
	醤油	少々
	塩	少々

作
り
方

(1) 人参に下味を付け、少々固めに煮ておく。
(2) 材料をまとめて米と合わせて炊き込みます。

一
口
メ
モ