

イカの炊き込みご飯

材 料

米..... 5合	}	薄口しょうゆ..... 大さじ3
するめイカ (正味)..... 250g		酒..... 大さじ3
		塩..... 小さじ1
		おろし生姜..... 50g

作 り 方

米は洗って水に30分つけておく。

イカは内臓を取って皮をむき、食べやすい大きさに切り、調味料とおろし生姜を加えたものに20分つけておく。

炊飯器に米と の液体を入れ、普通に炊く水加減をしたあと、 の残りを入れて炊く。

メ モ

丹後の海は四季折々、新鮮なイカが採れる。生姜しょうゆ味のご飯は美味です。

いる道具

炊飯器