



Recipe 31日発酵レシピ

# たけのこごはん

## Ingredients 材料 / 4人分

米	2合
水煮たけのこ	150g
油揚げ	1/2枚
だし汁	調味料と合わせて炊飯器の2合のメモリまで(約300cc)

(A)

塩麴	大さじ1 + 1/2
みりん	大さじ1 + 1/2
醤油	大さじ1 + 1/2

## Directions 作り方

- ・お米は洗って30分ほど浸水させてからザルにあげて水を切っておく。  
(時間がなければ浸水なしでも良いですが、浸水した方がふっくら仕上がる)
- ・油揚げは細切りにしておく。

- ① 水煮たけのこの穂先は繊維にそって縦に5mm幅くらいに切り、  
根元は繊維を断って5mm幅くらいののちよう切りする。
- ② お米とAの調味料を入れてから2合のメモリまでだし汁を入れる。
- ③ ②に①と油揚げを広げてのせて炊く。
- ④ 炊き上がったらさっくりと混ぜ、お好みで木の芽をのせる。