



深川めし

材料<2人分>

冷凍あさり(北海道産) … 150g

生姜 …………… 10g

人参 …………… 1/2本

三つ葉 …………… 適量

米 …………… 2合

だし汁 …………… 300cc

しょう油 …………… 大さじ1

A みりん …………… 大さじ1

酒 …………… 大さじ2

塩 …………… 少々

- ① 米はとぎ、30分程水にひたす。
- ② 生姜と人参は千切りに、三つ葉はざく切りにする。
- ③ 炊飯器に冷凍あさり、②の人参、Aを入れて炊飯し、炊きあがったら、あさはりを取って蒸らす。
- ④ 器に③を盛り、三つ葉と生姜をのせる。

約658kcal 1人分