



葉玉ねぎおこわ

材料・分量（4人分）

● もち米	3合
● 葉玉ねぎ	2本+緑の葉20cm
● 干し椎茸	5~6枚
● 干しえび	大さじ2
● しめじ	1パック
● 鶏がらスープ	小さじ2
● みりん	50cc
● めんつゆ（3倍）	50cc
● ごま油	大さじ1~1.5

作り方

- 1 もち米を洗って、1時間水に浸ける。ざるに上げ水をきる
- 2 干し椎茸、干しえびをもどし、戻し汁を合わせて360ccとっておく
- 3 葉玉ねぎ2本をみじん切り、干し椎茸、しめじを細かく切る
- 4 ゴマ油をフライパンにひき3を葉玉ねぎ、干し椎茸、干しえび、しめじの順に炒める
- 5 4にもち米、2のだし汁、鶏がらスープ、みりんめんつゆを入れ、強火で汁がなくなるまで炒める
- 6 5を皿に盛りラップをかけ電子レンジ500Wで13分加熱する
- 7 かざり用葉玉ねぎを細かく切り炒め出来上がったおこわの上に飾る

セールスポイント

簡単におこわが作れます。冷凍しておくといつでも食べられます