



調理時間 90分

材料 6人分

米	3カップ
ゆで筍（拍子木切り）	200g
油揚げ（油抜きをする）	1枚
水	3カップ
シマヤだしの素	小さじ 1
酒	大さじ 3
塩	小さじ 1
薄くち醤油	大さじ 1

作り方

1. 米は洗ってザルにあげておきます。
2. 鍋に水、シマヤだしの素、酒、塩、薄くち醤油を入れて一度沸騰させます。
3. 炊飯器のカマに 1.と 2. 筍、油揚げを入れて普通に炊きます。



アドバイス

◎特に手の係るところもなく具材を炊飯器に入れて炊くだけです。