



栗ご飯

材料(4人前)

米	2合	本みりん	大さじ1
栗	8粒	塩	小さじ1/2
		だし昆布	3x3cm
		水	2合メモリまで (約370ml)

作り方

- ① 栗は湯に1時間つけて鬼皮を柔らかくする。底の部分を包丁でむく。底の部分から上に向かって皮をむく。むいたら水につける。
- ② 米は洗ってざるにあけておく。
- ③ 炊飯器に米と本みりん、塩を入れる。2合のメモリまで水を入れて軽く混ぜる。
- ④ 栗、だし昆布を上に乗せて炊く。
- ⑤ 炊きあがったらさっくり混ぜてお茶わんに盛る。

*秋の定番栗ご飯。本みりんを加えて炊くことでお米に昆布の旨み、塩味の浸透を良くします。
栗の渋皮にアクが含まれています。ご飯をおいしく仕上げるには、皮を厚くむいて残さないようにしましょう。

