

ひじきごはん 里芋あんかけ



3～4人分

米 1.5合
ひじき 大さじ2
しょうゆ 小さじ1
塩 ひとつまみ
砂糖 ひとつまみ

【サトイモあん】
里芋 大きめ1コ
だし 150cc
豚挽き肉 50g
しょうゆ 大さじ1/2
しょうが 小さめ1かけ
砂糖 小さじ1/2強
塩 ひとつまみ
水溶き片栗粉 適量

- 1) お米は普通より若干少なめの水加減をし、しょうゆ、砂糖、塩を加えてひと混ぜする。
- 2) 戻したひじきを乗せて炊く。
- 3) 里芋は1cm角に切る。
お鍋にだしを沸かし、すりおろしかみじん切りのしょうがとひき肉を入れてほぐしたら里芋と調味料を入れて里芋に火が通るまで煮る。最後にとろみをつける。
- 4) 炊き上がったご飯をお茶碗に盛り、さといもあんをかけて出来上がり。