

あき 日野の秋の炊き込みご飯

日野産のお米で、日野の秋を炊き込みました

このキノコなら
食べられた！



材料 (4~5人分)

米…3合
鶏もも肉…1/2枚 (150g)
生椎茸…1パック (100g)
舞茸…1パック (100g)
しめじ…1パック (100g)

煮汁 (水…1/2カップ、酒…大さじ
じろ、みりん…大さじ1と1/2、
しょう油…大さじ2、塩…小さじ
1/2)
万能ねぎ…4本

ごぼうの香りが
キノコと鶏肉のうまみを
ひき立てます



作り方

- ① 米は洗ってかふる位の水に30分浸し、ザルに上げておく。
- ② 鶏肉は1cm位に切る。生椎茸は軸の先を取り除き、薄切りにする。舞茸は小房に分ける。しめじは根元を少し切り落として小房に分ける。
- ③ 鍋に煮汁の材料を入れ火にかけて、煮立ったら鶏肉を入れる。再び煮立ったら茸類を入れ、混ぜながら2~3分煮る。
- ④ ③の煮汁と具を分ける。具は木べら等で押して煮汁をよく絞る。
- ⑤ ①に④の煮汁を加え、3合の目盛まで水を足しよく混ぜ、上に③の具を軽く広げ(米と混ぜない)、炊く。炊き上がったら切るようにさっくりと混ぜ、小口切りにした万能ねぎをちらす。

