

わかめとホタテの混ぜ込みごはん



★材料 (4～5) / 使用量	
生わかめ	100g
ホタテ (貝柱、ヒモ等)	60g
【調味料】	
酒	大1
みりん	大1
塩	小1
砂糖	小1/2
しょうゆ	小1弱
ご飯	4合

★ポイント

わかめとホタテの混ぜ込みごはんです。□
 塩加減は味をみて調整して下さい。醤油は風味付け程度に入れてください。
 わかめがホタテの旨みを吸います。

★作り方

- ①ほたてとわかめをざっくりと切ります。
- ②鍋に①を入れて酒を入れて中火で炒めます。
- ③少し混ぜたらみりん、砂糖を入れて混ぜます。
- ④醤油、塩を入れて水分がなくなるまで炒めます。
- ⑤炊き上がったご飯に④を混ぜて出来上がりです。□