



SHERATON

横浜ベイシェラトン ホテル&タワーズ



レシピ考案者/
横浜ベイシェラトン ホテル&タワーズ
日本料理 木の花 副料理長 宮山 裕伴

さっぱり夏ご飯

調理時間: **10分** ご飯を炊き込む時間は除いています。



※写真はイメージです。



使ったのは
この商品



さっぱり夏ご飯

【材料/3人分】

お米	2合
水	200g
ミツカン 味ぽん®	80g
うす揚げみじん切り	20g
蛸スライス	100g
枝豆	20g
トマト湯剥き 小角切り	50g

【作り方】

- ①お米2合は、軽く洗い水切りをしておく。
- ②ボール面器に水200g、「ミツカン 味ぽん®」を80g入れる。
- ③炊飯ジャーに①を入れ、②の汁を入れる。
- ④うす揚げのみじん切りを加え軽くかき混ぜご飯を炊く。
- ⑤ボイル蛸はスライスする。
- ⑥トマトは湯剥きし5ミリ角にカットする。
- ⑦枝豆は殻つきのままボイルしたのち、実のみ取り出しておく。この時、薄皮もしっかりと取り除く。
- ⑧ご飯が炊き上がり、蒸らす時に、蛸、トマト、枝豆を入れる。
- ⑨ご飯茶わんに彩りよく盛り付け完成です。

※蛸は火を入れすぎると固くなりますので、蒸らす時に入れる事がポイントです。