

ROSEN'S RECIPE  
ローゼンおすすめメニュー

# さけときのこの炊き込み飯

調理時間 **15分**  
(炊飯時間は除く)

1人分

約 **356kcal**



※写真はイメージです。

秋の旬食材



しめじ

+

使ったのはコレ!



マルハニチロ  
あけぼのさけ水炊缶

# さけときのこの炊き込み飯

## 材料/4人前

マルハニチロ あけぼのさけ水煮缶	
.....大1缶(180g)	
米.....	2合
しめじ.....	1房
えのきだけ.....	50g
粉末だし.....	2g
しょうが.....	一片
しょうゆ.....	大さじ1
酒.....	大さじ1.5
みりん.....	大さじ1
塩.....	小さじ1/2

## 作り方

- ①しめじは石づきを取り、食べやすい大きさに分けます。
- ②えのきだけも石づきを取り、長さを半分に切ります。しょうがは千切りにします。
- ③「マルハニチロ あけぼのさけ水煮缶」は身を取りだし、缶汁は捨てずに残しておきます。
- ④炊飯器の内釜に米を入れ、缶汁を半分・調味料・水を加えて、2合ラインに合わせます。
- ⑤きのこ・鮭・しょうがを上のにのせ、普通に炊きます。お好みで、炊き上がりに三つ葉などを加えても美味しくいただけます。