

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

体を温め、おなかにやさしい♪

炊飯器でほったらかし 簡単サムゲタン

調理時間

30分以上

1人分

435kcal



※写真はイメージです。

秋の旬食材



Vマーク ふなしめじ

+

使ったのはコレ!



ミツカン
プロが使う味®白だし
500ml

炊飯器でほったらかし簡単サムゲタン

材料/2人分

鶏手羽元……………6本
長ねぎ(ぶつ切り)・・1/2本分
しょうが(薄切り)……………少々
きのこ(Vマークぶなしめじ・エリンギなど)……………50g
にんにく……………1かけ
大根……………5cm分
米……………1/4カップ
ごま油……………大さじ1
ミツカン プロが使う味[®]白だし……
……………大さじ4
水……………700ml
くこの実……………適宜

作り方

- ①大根は皮をむき、1cm角のスティック状に切る。
にんにくは皮をむき、つぶす。
- ②米は洗って、①と残りの材料とともに炊飯器に入れて加熱する。

※炊飯器の機種によって炊飯以外の調理に適さない場合があるため、ご使用の炊飯器の取扱説明書をご確認の上、調理してください。