



優秀賞



レシピ名

おでんの炊き込みご飯



レシピのポイント

おでんの残り物（こんにゃく、ちくわ、さつま揚げ）と汁を捨てることなく使用する。

材料名

分量(4人分)

作り方

米

2合

おでんの残り

こんにゃく

適量

ちくわ

1本

さつま揚げ

1枚

人参

1/3本（中）

しめじ

50g（半株）

おでんの汁

炊飯器
メモリ2合まで

酒

大さじ1

しょうが（市販の
チューブOK）

少々

- ① コンニャク、ちくわ、さつま揚げを千切りにする
- ② 人参を千切りにする。
- ③ しめじを石づきを切り取り、小分けにする。
- ④ お米を研ぐ
- ⑤ おでんの汁を炊飯器のメモリ2まで入れる。
- ⑥ 酒、しょうがを入れる。
- ⑦ コンニャク、ちくわ、さつま揚げ、人参、しめじを炊飯器に入れる。
- ⑧ スイッチを入れて炊く