

# にんじんご飯

## 材料（4人分）

米 3合

干ししいたけ戻し汁 2カップ

酒 50cc

にんじん 200g

鶏もも肉 150g

ごぼう 中1本

糸こんにゃく 1/2袋

油揚げ 2枚

干ししいたけ 3枚

★酒 50cc

★みりん 50cc

★しょうゆ 80cc

## 作り方

- ① 干ししいたけは水で戻す。
- ② 米は洗って、酒と干ししいたけの戻し汁でやや控えめの水加減で炊く。
- ③ 鶏肉は細かく切る。ごぼうはささがきにして、水にさらす。にんじんは短冊切り、油揚げは細かく切る。干ししいたけは細切りにする。糸こんにゃくはサッと湯通し、細かく切る。
- ④ 鍋に③、★調味料を入れて煮る。
- ⑤ ご飯が炊けたら、具を入れて、④の煮汁を加えながら混ぜ、10分蒸らす。