うなぎとゴボウの炊き込みご飯

甘



調理時間	約40分
カロリー	319kcal(1人分)

材料	(4人分)
米	2合
水	300ml
うなぎ蒲焼	1尾
ゴボウ	1本
三つ葉	1把
粉山椒	適宜
(A)	
うなぎのタレ(添付のもの)	15g
酒	大さじ2
醤油	大さじ1
塩	小さじ2/3

作り方

1. 米は洗い水気を切り炊飯鍋に入れ分量の水を注ぎ30分以上浸水させる。
2. ゴボウは皮をよく洗い、酢少々落とした水の中に笹がきにしながら入れアクをとる。
3. うなぎ蒲焼は縦2等分しさらに横1cm幅に切る。
4. (1)にAを加え、(2)の水気を切ったもの、(3)を加え軽くかき混ぜ、蓋をしてコンロにのせ自動炊飯モードを選択し、点火する。
5. 炊き上がったら3cmのザク切りにした三つ葉を混ぜ合わせ、器に盛り好みで粉山椒をふる。