ホタテ貝柱のおかゆ

甘

調理時間 約35分
カロリー 211kcal(1人分)

材料 (3～4人分)

米	1/2合
ホタテ貝柱	小1/2缶
水	540ml
塩	小さじ1
酒	大さじ1
サラダ油	大さじ1
(A)	
ゴマ油	適宜
白髪ネギ	3cm長さ
ザーサイ	少々
刻みピーナッツ	大さじ1

作り方

1. 米は洗い炊飯鍋に入れ、分量の水を注ぎ30分以上浸水させる。
2. ホタテ貝柱、缶汁、サラダ油、塩を加え、炊飯スイッチを押し、おかゆモードを選択して点火する。
3. 炊き上がったら器に盛りお好みでゴマ油、ザーサイ、白髪ネギ、ピーナッツなど散らす。

炊飯鍋を使用し、自動炊飯モード『おかゆ』を選択すれば、噴きこぼれも気にせず炊くことが出来ます。