

梅ごはん レシピ



【材料 4人分】

- ・ お米…………… 3合
- ・ 水…………… 700ml
- ※キャセロールで炊く場合
- ・ 梅干し…………… 3個
- ・ ごま…………… 適量
- ・ 大葉…………… 2枚

【作り方】

1. お米を研ぎ、「**キャセロール**」にいれ、お水を700ml入れて浸水させる。
※30分ほど浸水させておく。(水の量はキャセロールで炊く場合)
※コンロで炊く場合は、3合分のお水を入れてください。
2. 大葉を**二つ折り**にし、千切りにする。
3. 種付きの梅干しを**細かくほぐす**。
4. 1で浸水させておいたお米に、2でほぐした梅を**種ごと入れる**。
5. グリルに**セット**し、操作パネルの**オートモードボタン**で「**ご飯**」を選択し、点火する。
6. 炊きあがったら**混ぜて完成**です。

- ・ 協力会社：(株)ノーリツ
- ・ 使用器具：ピアット

