

さつまいもの炊き込みごはん



白米に黒米を混ぜて、ほんのりと紫色に色づけしました。土鍋炊きだから、さつまいもも甘くてホクホクに。秋の恵みをたっぷり加えた素朴なおいしさです。

材 料

(米 2 合分)

米・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2 合
黒米・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 小さじ 2
さつまいも(正味)・・・・・・・・・・・・・・ 200g
昆布だし(水に昆布を入れ 15 分ほど置いたもの)・・ 400ml
薄口しょうゆ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 大さじ 1
みりん・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 大さじ 1
黒すりごま・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 適量
塩・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 適量

作り方

- ① 米は洗い、ざるに上げてぬれ布巾をかけ 15 ~ 20 分おく。
- ② さつまいもは皮をむいてひと口大の乱切りにし、水に 5 分ほどさらす。
- ③ 専用土鍋に 1 の米と黒米を入れて昆布だしを注ぐ。薄口しょうゆ、みりんを加えて軽く混ぜ合わせる。さつまいもをのせて蓋をする。
- ④ 炊飯スイッチを押し、土鍋自動炊飯モードを選択したあと、点火する。
- ⑤ 炊き上がったら蓋をあけて、黒すりごまと塩をふる。

後コンロに専用土鍋をぴったりセットします。コンロ中心部のセンサーで鍋底の温度を感知し、自動で炊飯できます。