

料理名 (しらすご飯)



食品名	材料4人分
精白米	2合
しょうゆ	大さじ2
酒	大さじ1
ちりめん干し	20g
しょうゆ	小さじ2
砂糖	小さじ1
本みりん	小さじ1
水	小さじ2
古根しょうが	少々

A

(作り方)

- ① しょうゆ・酒を加えて米を炊く。
- ② 調味料 A と水を火にかけ、から炒りしたちりめん干しと古根しょうがの絞り汁を入れて仕上げる。
- ③ ②を炊けたごはんに混ぜる。

☆料理についてのコメント

田子の浦でとれたしらすを使った富士市のふるさとメニューです。カルシウムたっぷりです。