

料理名 (グリンピースご飯)



食品名	材料4人分
米	2合
塩	小さじ 1/2
グリンピースさやつき (グリンピース)	65g (35g)
塩	少々

(作り方)

- ① 炊飯器に米と塩を入れ、水を注いで炊飯する。
- ② さやから出したグリンピースは、塩少々を加えた熱湯で茹で、冷ます。
- ③ ご飯が炊けたら、②を加えて、さっくり混ぜる。

☆混ぜるときに、グリンピースがつぶれないように気をつけましょう。

さやつきのグリンピースは、皮もやわらかく、香りがいいです。ぜひ旬の季節に作ってみてください♪

