

No.2 【豚とりんごの炊き込みご飯】



〔材料〕

材料使用分あたりの価格

・あきたこまち	2 合	
・八幡平ポーク バラ肉	100 g	160 円
・りんご	1/2 個	50 円
・冷凍コーン	80 g	30 円
・顆粒コンソメ	小さじ 1	
・塩・こしょう	適量	
・ブラック・ペッパー	適量 (お好みで)	
・乾燥パセリ	適量	

[作り方]

- ① 豚肉は2cm幅で切る。りんごは皮を付けたまま薄切りにし、さらに皮の付いた部分を一辺としてひょうし切りにする。
- ② といだお米と通常分量の水を入れ、顆粒コンソメ、ひょうし切りの
- ③ りんごと、冷凍のままのコーンを入れ、混ぜる。
- ④ 豚肉は一枚ずつ米の上に広げる。
- ⑤ 炊飯器で通常コースで炊く。
- ⑥ 炊き上がったら、塩・こしょうを適量入れ、混ぜる。
お好みでブラック・ペッパーを入れる。
- ⑦ お茶碗に盛り付けたら、乾燥パセリをふる。

私の思い

りんごと豚肉とコーン、それぞれの食感が楽しめ、豚肉の甘さにりんごの酸味がきいてさっぱりとした炊き込みご飯です。

炊飯器で炊き上げますが、豚肉の脂分で良い具合のおこげが出来二度美味しいです。