

牡蠣の混ぜごはん



【材 料】 (1人分)

ご飯	1/2合
牡蠣	5粒程度
エリンギ	15g程度
にんじん	10g程度
ザーサイ	10g
青ネギ	10cm程度
塩こぶ	大さじ1 (3g)
生姜	1片
オイスターソース	小さじ1
酒	小さじ1
みりん	小さじ1
ゴマ油	小さじ1
塩	少々
片栗粉	小さじ1程度
白ごま	小さじ1

【作り方】

- ① ご飯を【炊飯機能】で炊きます。
- ② にんじん、エリンギは拍子切りにします。
- ③ ボウルに牡蠣を入れ、片栗粉をまぶします。
水を入れてボウルの中で牡蠣を洗います。
水を替えて、もう一度洗ったら、ざるにあげます。
- ④ Leggieroにゴマ油、②、牡蠣の順に入れ、塩・酒・みりんをふりかけたら、蓋をしてコンロの上に置きます。
- ⑤ 【湯沸かし/4分】に設定して加熱します。消火後、蓋をあけてオイスターソースを加えたら、再度点火し、軽く混ぜながら中火で1分加熱します。
- ⑥ ザーサイは細かく、青ネギは小口切りに、生姜は皮をむいて細い千切りにします。
- ⑦ 炊きあがったご飯に⑤とザーサイ、青ネギと塩こぶ、白ごまも入れて混ぜます。
- ⑧ 茶碗に盛り、生姜をのせたら完成です。