

【たこ飯】

■材料（二人分）

- ・米・・・・・・・・・・1合
- ・ダシ昆布・・・・・・・・名刺大1枚
- ・料理酒・・・・・・・・大さじ1
- ・たこの柔らか煮・・・・・・・・足1本
- ・ " 煮汁・・・・・・・・大さじ2
- ・自然塩・・・・・・・・適量
- ・茹で枝豆・・・・・・・・大さじ2
- ・生姜・・・・・・・・1欠



■作り方

- (1) 米はよく研ぎ、たこの柔らか煮の煮汁と料理酒を加えて水加減を調整する。
味が薄い時は塩を足す。
- (2) ダシ昆布を入れて炊く。
- (3) たこの柔らか煮は1cm角に切っておく。
- (4) 生姜は細い千切り、枝豆は鞘から出して薄皮を剥いておく。
- (5) ご飯が炊けたら、(3)のたこと(4)の枝豆を混ぜる。
- (6) 茶碗に盛り、(4)の生姜を天盛りする。