



## 枝豆たこご飯

枝豆とたこの風味を楽しむ  
夏らしい一品。  
冷めても美味しくいただけます



### ●おいしく作るポイント●



#### POINT 1

濃いめや、薄めの味がお好み  
の場合は、酒や醤油の量を調整  
しましょう

#### 〈材料（4人分）〉

- 米 2合
- 枝豆 75g (サヤ付き150g)
- たこ (茹でだこ) 170g (2~3本)
- 生姜 1片
- 酒 大さじ1
- 醤油 大さじ1と1/2
- 塩 小さじ1/2
- 昆布 10cm角1枚

#### 〈作り方〉

- 1.米はといで30分水に浸す
- 2.鍋に1ℓの湯を沸かし、40gの塩（分量外）と枝豆を加え、1分ほど茹でてザルに上げる。粗熱を取り、サヤから実を取り出す
- 3.たこを2cm大の乱切りにする。生姜は皮を剥き細く千切りにして針生姜にし、水にさらす
- 4.炊飯器に水気を切った1の米、酒、醤油、塩を入れ、2合の目盛りまで水を加えてさっと混ぜる。2の枝豆、3のたこ、昆布を加えて普通に炊く (point1)
- 5.炊き上がったら、昆布を除いて3の針生姜を加えて混ぜる