

# カテェネ 農食ツアーリズム 「れんこん」を使ったレシピ



## れんこんとベーコンの炊き込みごはん

れんこんも一緒に炊き込むことで  
ほくほく感が楽しめます  
ベーコンがコクをプラス！



### ●おいしく作るポイント●



#### POINT 1

炊き込みご飯の具材としては、やや大きめの1cm厚にすると、よりほくほく感が楽しめます



#### POINT 2

れんこんやベーコンの量は好みで。しめじなどキノコ類を加えても美味しく仕上がります

#### 〈材料（4人分）〉

- れんこん 200g
- 米 2合
- ブロックベーコン 180g
- 酒 大さじ1
- 塩 小さじ1
- 醤油 大さじ1

#### 〈作り方〉

1. れんこんは皮をむいてちょう切り (point1) にして水にさらし、ベーコンは1.5cm角に切る
2. 米はといで30分以上水に浸して炊飯器の内釜に入れる。酒、塩、醤油を入れてから水を加えて2合の目盛りに合わせ、1のれんこんとベーコンを加えて炊飯する (point2)
3. 炊き上がったら器に盛り付ける