



<料理名> サツマイモご飯

料理の紹介文

材料：(19人分)・・・目安程度

米	2升
サツマイモ	小 5本
大根葉	28本
白ゴマ	1袋
昆布	小 2枚
酒	カップ2
塩	大さじ 3
油(かき揚げ)	

作り方：

- (1)米は洗って30分水につけておく
- (2)サツマイモは8ミリ程度に切り170° の油で揚げる
- (3)大根葉は熱湯で1分間さっとゆで冷水にさらす 水を切ったら塩を振って重しをしておく
- (4)30分たった米を炊飯器に入れ水と酒で2升分の目盛りにして昆布茶・昆布・塩を入れて炊く
- (5)(3)の大根葉を細かく切り固く絞って水気を取る
- (6)ご飯が炊けたら(2)のサツマイモと(5)の大根葉を入れて混ぜる

《その他、上記の料理にピッタリの一品(付け合わせなど)がありましたらご記入ください。》

