

とうもろこしごはん

メインおかず

サブおかず

汁物・スープ

主食系

重ね煮

その他



材 料

(米 2 合分)

米	2合
生とうもろこし	1本
酒	大1
塩	小1

1 とうもろこしをカット

皮を剥ぎ、包丁で身を削ぎ落とす（芯は捨てない）

2 炊飯器に入れる

研いだ米・酒・塩・水を入れてから、とうもろこしの実と芯のをせる

3 炊飯

普通に炊飯 → 芯を取り除いてざっくり混ぜて完成◎

memo

カレーと組み合わせたり、バター醤油で炒めてピラフっぽくアレンジするのも美味しいです◎