

乾燥野菜を使った炊込みご飯

●材料（2～3人前）

- 米・・・・・・・・・・2合
- 根菜ミックス・・・・・・・・10g
- 油揚げ・・・・・・・・1/2枚
- ツナ缶(小)・・・・・・・・1缶
- 白だし・・・・・・・・大さじ1
- 粉末和風だし・・・・・・・・1/2袋



●作り方

- ① 米2合は洗って、乾燥野菜も一緒に30分程度浸水する。
- ② ①に油揚げ・ツナ缶を加え、調味料を加えて炊飯する。
- ③ 炊きあがり後しっかり混ぜあわせる。



乾燥野菜



炊きあがり時