



※写真はイメージです。

ヤマキ割烹白だし1本で味が決まる!!

# あさりとひじきの炊き込みごはん

## 材 料 (4人分)

米	2合
ひじき	5g
あさり	100g
ヤマキ割烹白だし	大さじ4
みつ葉	適量

## 作り方

1. 米は洗ってザルに上げ、水気を切る。
2. ひじきは多めの水につけて30分ほどおき、ザルにあけて流水で洗い、水気を切る。
3. あさは塩抜きし、あさりがかぶる程度の熱湯に入れてさっと火を通し、ザルにあげて殻から実を取り出す。
4. あさりのゆで汁は捨てずにとっておき、粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やしておく。みつ葉は約2cm幅に切る。
5. 炊飯器に米と2のあさりのゆで汁と白だしを入れて、炊飯器の2合の目盛まで水を足す。ひじきとあさりの実を入れて炊く。
6. 器に盛り、みつ葉を添える。