

# 底なしイ～カごはん(さきいかごはん)

## 【材 料】

米	2カップ
水	450g
さきいか	60g
豚ひき肉	60g
日本酒	小さじ1
にんじん	1/2本
しょうが	1かけ
しょうゆ	大さじ1と1/3
砂糖	大さじ1と1/3
本みりん	小さじ1
塩	少々
水	大さじ3

- ① しょうゆ・砂糖・みりん・塩・水を煮立て、しょうが・豚肉・にんじんを入れて煮る。(水の量は、火加減により少し残るように足してください。)
  - ② 米に①の煮汁を加えて水量を合わせ、炊飯する。
  - ③ 炊き上がったら、煮た具材を混ぜ込み完成！
- ※ 米を炊くときに、具材をのせて炊いてもよいです。  
さきいかがふっくらします！

