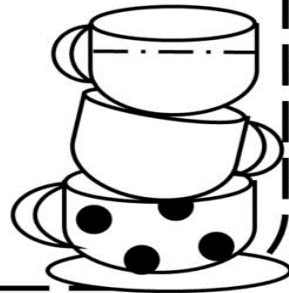


# 炒り大豆ごはん

## <材料> 1人分

精白米 85g  
水 100g  
〔酒 5g  
しょうゆ 3g  
食塩 0.3g〕  
炒り大豆(乾燥) 5g  
しらす干し 3g



## <作り方>

- ① 米は洗って、酒の分量を差し引いた量の水で浸漬しておく。
- ② 炊く直前に酒・しょうゆ・食塩を入れてよく混ぜる。
- ③ 炒り大豆としらす干しを加えて炊く。