

あまえん坊メイちゃんを使った トウモロコシの土鍋ご飯

<< あまえん坊の美味しさを塩だけのシンプルご飯で！ >>



材料（米 2 合分）

あまえん坊メイちゃん	1 本（約300 g）
米	2合
天然塩	小さじ1/3
水	400 ml

作り方

- ① 米は洗い、ザルに空けて水分を切る。分量の水と共に土鍋に入れ、30分以上浸水させる。
- ② トウモロコシは皮をむき、ひげを取り除く。長さを半分に切り、縦にして実を切り落とす。
- ③ ①に塩を加えて溶かす。②の実と芯をのせて蓋をする。強火にかけ、沸騰したら中火にして5分間加熱後、弱火に落として10分間加熱する。
- ④ 最後に、10秒間強火にしてから火から外す。10分間蒸らして芯を取り除き、全体に混ぜ合わせる。



※POINT

- * ①で米粒が白くなるまで浸水させると美味しく炊けます。
- * 炊飯器で炊飯する場合は、水を360mlにする。
- * 精製塩の場合は、塩小さじ1/4にする。