



さつまいもごはん

あまくておいしい、さつまいもごはんを作っちゃおう！
ささっとじゅんびして、あとは炊飯器(すいはんき)におまかせのレシピだよ！

用意するもの



道具

炊飯器、ざる2つ、ボウル2つ、まないた、ほうちょう、
軽量(けいりょう)スプーン、しゃもじ

材料(ざいりょう)

米…2合、さつまいも…中1本(やく200g)、塩… 小さじ1/2、
みりん…小さじ1、黒ゴマ…おこのみ



1 米をといでから、ざるにいれて水気をきっておきます。



2 さつまいもをよくあらって、食べやすい大きさに切ります。
15分~20分くらい水にさらしてから、ざるにいれて水気をきっておきます。



3 炊飯器に米を入れて、いつもと同じ分量(ぶんりょう)の水、塩、みりんをいれて
まぜます。



4 米の上にさつまいもをのせてスイッチを入れます。



5 たきあがって10分くらいむらしたら、全体をまぜます。



6 もりつけしてできあがり！
黒ゴマはおこのみでかけてね。

★ちょっと一工夫(ひとくふう)

ひとにぎりのもち米をくわえると、あまみがでるよ。
もち米をくわえる時は、その分だけふつうの米をへらしてね。