



トマトの酸味が効いた、さっぱり風味の炊き込みごはんです。

材料（4人分）

調理時間45分（米の浸水時間は除く）
カロリー-1人分153kcal

米・・・・・・・・・・2合	だし汁・・・・・・・・適量
トマト（小）・・・・2個	生姜（千切り）・・・・1片分
酒・・・・・・・・・・大さじ1	かいわれ大根・・・・適量
塩・・・・・・・・・・小さじ2/3	

作り方

- ① 米は洗って30分ほど浸水させ、水気を切り、専用土鍋に入れる。
- ② トマトは1.5cm角に切る。
- ③ ①に酒と塩を加え、土鍋の内側の線までだし汁を加え、
②と生姜をのせて蓋をする。
- ④ 炊飯スイッチを押し、土鍋自動炊飯モードを選択して点火する。
- ⑤ むらしが終了したら全体をさっくりと混ぜ合わせる。
- ⑥ 刻んだかいわれ大根を散らし、完成！