

秋の味覚

芋ご飯

【 材料 】(おとな2人子ども2人分)

米	2合
水	適量
さつま芋	中1本(250g)
〔 酒	大さじ2
塩	小さじ1
いりごま	適量



【 作り方 】

- ① 米を洗い、水気をきる。
- ② さつま芋は食べやすい大きさの角切りにし、水にさらしておく。
※ さつま芋の皮がきれいなら、よく洗って皮付きのままでもよいです。
- ③ 炊飯器に米と調味料を入れ、炊飯器の目盛りに合わせて水を加え、さつま芋を入れて炊く。
- ④ 炊き上がったら、全体が均一になるように混ぜ、器に盛りつけ、ごまをふる。