

# 深川飯      ～東京の郷土料理～

- ① 米を研ぎ、水、①の調味料を加えて炊く。
- ② 万能ねぎを沸騰した湯で1分煮て、小口切りにする。
- ③ ごぼう、にんじん、しょうがと②の調味料を鍋に入れて煮る。
- ④ ③にあさを加えて3分煮る。
- ⑤ ①に②と④を加えてよく混ぜて完成。

★全ての材料を炊飯釜に入れて炊いても作ることができます。

| 材料（中学生4人分）   |         |           |
|--------------|---------|-----------|
| 材料名          | 使用量（目安） | 使用量       |
| 精白米          | 2合      | 300g      |
| 水            | 370ml   | 370g      |
| ①            | 酒       | 大さじ1      |
|              | しょうゆ    | 大さじ1      |
|              | 塩       | ふたつまみ     |
| ごぼう（ささがき）    |         | 10cm長 30g |
| にんじん（3mm千切り） |         | 3cm長 30g  |
| しょうが（みじん切り）  |         | 1/2かけ 8g  |
| ②            | 酒       | 小さじ1      |
|              | 本みりん    | 小さじ1      |
|              | 砂糖      | 小さじ2      |
|              | 塩       | 小さじ1/3    |
|              | しょうゆ    | 大さじ1/2    |
| あさり（むき身水煮）   |         | 55g 55g   |
| 万能ねぎ（小口切り）   |         | 5本 17g    |

