

# 栗原さんの直火ごはんレシピ



## おかゆ 白がゆと常備菜

直火でお米から炊く白がゆはなめらかでほのかに甘みがあって大好きです。ガス炊飯器なら吹きこぼれの心配もなく上手に炊けるから安心。常備菜の昆布の佃煮や鮭のふりかけ、好みの漬けものを添えていただきます。

### 白がゆ

材料(4~6人分)

米 2合

### 作り方

1. 米はといでざるに上げる。
2. ガス炊飯器の炊飯釜に米を入れ、全がゆ2のラインまで水を注ぎ入れて炊く。🔥 **おかゆ** モード

### 昆布の佃煮

材料(作りやすい分量)

刻み昆布1袋(約40g)

A 

薄口しょうゆ	大さじ1
しょうゆ	大さじ1
みりん	大さじ1
酒	大さじ1

### 作り方

1. 昆布はさっと洗ってから水に15分くらい浸けて戻す。ざるに上げて水をよくきる。
2. 小鍋にAの調味料を入れて煮立て、昆布を加えて汁気が少なくなくなるまで10~15分くらい煮る。そのまましばらくおいて味を含ませる。水を注ぎ入れて炊く。🔥

### 鮭のふりかけ

材料(作りやすい分量)

甘塩鮭 1切れ(120g)

赤しば漬けのみじん切り 大さじ2~3

### 作り方

1. 鮭はグリルまたは焼き網を熱して香ばしく焼き、中まで火を通す。🔥
2. 鮭の粗熱が取れたら皮と骨を除いてほぐす。
3. しば漬けはみじん切りにする。
4. 2に3を加えて混ぜる。好みでさらに青じそやごまを混ぜてもおいしい。

・このほかに好みの漬けものを何種類か盛り合わせ、すだちを添える。

※このレシピに記載のモードは、ガス炊飯器「直火匠(じかびのたくみ)」に搭載されているモードです。(機種によって搭載の機能が異なります)