

おすすめレシピ

●たこめし

6月から8月ごろ、兵庫県明石市では、おいしい

『明石たこ』が旬をむかえます。たこといえば…

たこ焼きや明石焼きが有名ですね！「粉もん」だけでなく、ごはんとも相性はばっちりです！



材料 4人分

ざい 材	りょう 料	めい 名	ぶん 分	りょう 量	き 切 り 方 な ど
米			2	合	
たこ（ゆでだこ）			100	g	サッと洗って、ぶつ切り
淡口しょうゆ			こ	小さじ4	
酒			こ	小さじ2	
みりん			こ	小さじ1	
しお 塩			ひとつ	つまみ	

1 米を洗って水に漬けておく。(30分)

2 ①の水をザルで切り、炊飯釜に入れ、調味料を入れる。

水を2合の線まで入れ、たこも入れて炊飯スイッチを押す。

(たこを入れた後は混ぜない)

3 炊きあがったら、全体を混ぜて出来上がり。

【一口メモ：炊飯器で保温せず、保存容器にいれておいた方が冷めてもおいしく食べられます】

