

佳作

しらすの中華ちまき

材料（2人分）

餅米	2合300 g
シラス	50 g
タケノコ	50 g
干し椎茸	2枚
にんじん	30 g
ニンニク	1片
ごま油	小さじ1
ショウガ	20 g
水	240cc
中華だし	小さじ2
醤油	大さじ1
酒	小さじ1
A 塩	少々
ごま油	少々
こしょう	少々
八角	1個
長ネギの葉	10cm
B 醤油	小さじ1
塩こしょう	少々



しらすの中華ちまき
鮫島 ひより

作り方

- ① 餅米は30分以上水につけ、水気を切っておく。240ccの水に干し椎茸をつけて戻す。
- ② タケノコ、にんじん、椎茸、ニンニク、ショウガを細かく切る。
- ③ シラス、タケノコ、にんじん、椎茸にAの調味料を加え弱火で30分煮る。
- ④ 鍋にニンニクとごま油を入れて炒め、もち米を入れて弱火で炒める。
- ⑤ もち米が透明になったら③を少しずつ加え、Bの調味料を加えて炒める。
- ⑥ ⑤をクッキングシートまたは竹の葉で包む。
- ⑦ 形を整えて、空気が入らないように口を閉じる。
- ⑧ 蒸し器に並べ約40分ほど蒸す。
- ⑨ 器に盛り完成。