

簡単！おいしい！

鳥取県産豚バラと ねばりっこ、大根の 釜めし



材料（4人
分）3合
鳥取県産豚バラ肉（ブロック）200g
ねばりっこ 200g
鳥取県産大根 100g
しょうが（干切り）1/3片
サラダ油 適量
ミツカン追いがつお®つゆ2倍150ml

①豚バラ肉は1cm角に切る。
ねばりっこ、大根は乱切りにする。

②鍋にサラダ油を入れて豚バラ肉を
さっと炒め、「追いがつおつゆ2倍」
を加えて5分ほど煮て、具材と煮汁に
分ける。

③洗っておいた米を炊飯器に入れ、
②の煮汁を入れてから水加減する。
①の豚肉と、ねばりっこ、大根、
しょうがをのせて炊く。

