

豆もやしの中華風炊き込みご飯

《メニューのポイント》

手軽に作れるヘルシーなもやしの炊き込みご飯。中華おこわ風の味が簡単に作れます。



材料（4人分）

- ・ 米 2合
- ・ 豆もやし 1/2袋
- ・ 豚ひき肉 100g
- ・ 水 300cc
- ・ 中華百選マボもやし 1袋
- ・ 青ねぎ 適宜

- ① 米をといで水気を切り炊飯器に入れる。20分ほど分量の水に浸水させておく。
- ② ①に「マボもやし」を入れよく混ぜ、もやし・ひき肉を入れて炊く。
- ③ 炊き上がったたらよくまぜて盛り付け、青ねぎを散らす。