



## 仙台麩とホヤの混ぜご飯



【材料】	分量 (4人分)
仙台麩 (半月切り)	1/2本
米	2合
ホヤ	2個
水	600ml
醤油	大さじ1
顆粒だし	大さじ1
塩	少々

### 【調理方法】

1. ホヤは殻から取り出し、肝を取り除いて、冷水で洗い流し、一口大に切る。
2. 鍋に水、醤油、顆粒だし、仙台麩を加え煮立て、沸騰したら1)を加え2分煮る。
3. 炊飯器にといだ米を入れ、2)の汁と仙台麩を入れ、炊飯する。
4. 3)が炊き上がったらホヤと塩を加え、混ぜ合わせて完成。