

○ 黒豆の炊き込みご飯

材料

- ・ 米 … 3合 お塩 … 小さじ1杯
- ・ 乾燥黒豆 … 100g ~ 120g

作り方

- ・ 黒豆は、5~6時間 浸水させ、もどしておく。
- ・ お米は通常通り研ぐ。
- ・ お水加減は、通常より、多目をおすすめします。

(水炊中にお豆に水分が吸われてしまう為)
です。炊飯器に、やわらか目ご飯の目盛りがあれば
それを参考にして良いです。

- ・ お米を研ぎ、水を計ったら、黒豆の水をザル
に切って、黒豆と、塩を小さじ1杯炊飯器に
入れ、普通に炊飯。
- ・ 炊ければ出来上り。