



## Riso con zenzero nuovo all'italiano

新生姜ごはん・ちょいイタリア風  
(炊き込みごはん・ちょいイタリア風ごはんの黄金比利用)



### 【材料】お茶碗3杯分

米	1合
水	1合+30ml
(合わせ調味料)	
新生姜	30g
日本酒	大さじ1
※ガルム(魚醤)	小さじ1弱
※塩	小さじ1/3
※アサクラ EVO	小さじ1

※印はアサクラアイテム  
※アサクラお勧め塩/コンチェントラートデルマーレ

YouTube/アサクラ CHANNEL ライブクッキング VOL. 247

### 【作り方】

- 1) 米は洗って同量の水と鍋(炊飯器でも)に入れ30分以上浸水する
- 2) 新生姜は繊維を断つように薄くスライスしてから千切りにする
- 3) 小ボウルに合わせの材料、酒、ガルム、塩の順に入れよく塩を混ぜてからアサクラ EVO を加えて乳化させる
- 4) 浸水が完了した米に、新生姜の千切り、3)の合わせ調味料を入れ、合わせ調味料のボウルに水+30ccを加えて調味料が小ボウルに残らないように全て鍋に入れる
- 5) 鍋に蓋をし、点火し沸騰するまで中火で加熱する
- 6) 沸騰したら極力弱火にし8分炊く
- 7) 火を止め、ふたを開けずにさらに8~10分蒸らす
- 8) 炊きあがったら蓋を取りしゃもじでさっくり全体を混ぜてから茶碗に盛る

※ちょいイタリア風ごはんは、にんじん、アスパラ、たけのこ、しいたけなど比較的水分の少ない野菜や山菜で応用可

(プラスする水の量について)

※米の品種により水加減は調整してください。また2合、3合と米の量が増える場合は30ml×2、×3ではなく  
控えめに入れるようにしてください