



Riso con Shitake all'italiano

しいたけごはん・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
(合わせ調味料)	
生しいたけ	2～3枚
日本酒	大さじ1
※ガラム (魚醬)	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. 254

【作り方】

- 1) 米は洗って同量の水 (少量の水を残しておく) と鍋 (炊飯器でも) に入れ 30 分以上浸水する
- 2) 生しいたけは石突を取り除き薄くスライスしてから千切りにする
- 3) 小ボウルに合わせ調味料、酒、ガラム、塩の順に入れよく塩を混ぜてからアサクラ EVO を加えて乳化する
- 4) 合わせ調味料にしいたけを加えよく混ぜ合わせる。米の浸水が終わるまで浸して味を馴染ませる
- 5) 米の浸水が完了したら、合わせ調味料に浸したしいたけをのせる
- 6) 残しておいた水を3) のボウルに入れ調味料を洗うようにし全てを鍋に入れる
- 7) 鍋に蓋をしたら点火し沸騰するまで中火で加熱する (炊飯器の場合はスイッチオンに)
- 8) 沸騰したら極力弱火にし8分炊く
- 9) 火を止め、ふたを開けずにさらに8～10分蒸らす
- 10) 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