

【給食レシピ】 1月

七草がゆ



献立紹介 七草がゆ

＜材料 4人分＞

米 1カップ
水 4カップ
塩 小さじ1
清酒 小さじ1
七草 1パック

＜作り方＞

①米をといで、ざるにあげ30分位置く。
②水の中に、米、清酒を入れて中火で炊く。
③七草は、大根とかぶをのぞき他の七草は湯がいて
適当に切る。
④②に大根とかぶを入れ、炊き上がったら七草を入れ
塩で味付けをする。