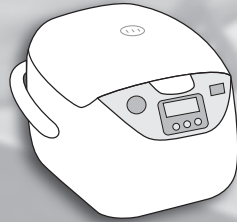


炊飯器料理の ススメ



拡大特集

みなさんは炊飯器を、お米を炊くだけのものだと思っていないでしょうか。実は他にもさまざまな料理を作ることができます。そのうちのいくつかを紹介しましょう。(MI-KO)



ドライカレー

材 料	米	2合	ピーマン	1/2個
	カレールウ	2片	コンソメ	1片
	牛肉	100g	バター	大さじ1
	にんじん	1/2本	塩・コショウ	少々

- ① 米をといで内釜に入れ、通常量の水をそそぐ。
- ② カレールウとコンソメを砕き、少量の水で溶かして内釜に入れる。
- ③ 肉や野菜は細かく切って内釜に入れ、バター・塩・コショウを加える。
- ④ 白米モードで炊き、炊き上がったならそのまま10分むらして完成。



大学芋

材 料	さつまいも	300g	しょう油	小さじ1/2
	砂糖	大さじ3	サラダ油	少々
	水	大さじ2強	黒ゴマ	適量

- ① さつまいもを洗って適当な大きさに切り、サラダ油を塗った炊飯器の内釜に入れる。
- ② ①に砂糖を入れて内釜をゆすり、芋全体に砂糖が行き渡るようにする。
- ③ 水としょう油をまんべんなく振りかける。
- ④ 白米モードで炊き、炊き上がったならゴマをふってできあがり。

調理の前に……



炊飯器によっては、米以外のものを炊けないことがあります。調理の途中でスイッチが切れてしまうような場合は、安全のため調理をやめてください。炊飯器が壊れた場合でも責任は負いかねます。
また、メニューによっては炊飯器に臭いがつくことがあります。注意しましょう。



おでん

材 料	おでんの素	1袋	ちくわ	1本
	大根	3cm	こんにゃく	2切れ
	にんじん	1/3本		

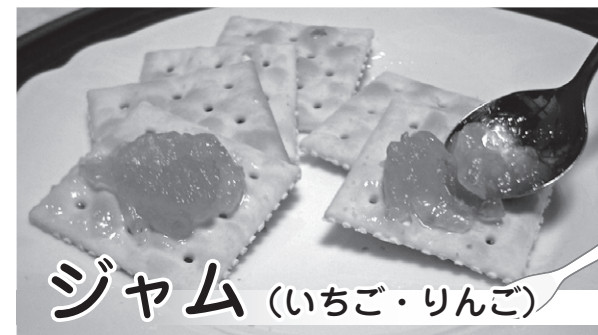
- ① 野菜の皮をむいてから、材料を食べやすい大きさに切って炊飯器に入れる。このとき、かたい食材は下に入れ、やわらかい食材は上に入れるようにする。
- ② おでんの素を水に溶かし、炊飯器の白米用3合の線まで入れる。このとき、材料が全て水に浸からない場合は余分な材料を減らす。
- ③ おかゆ炊きモードで炊いて、スイッチが切れたらできあがり。



バナナケーキ

材 料	ホットケーキミックス	卵	1個
		牛乳	大さじ2
	バナナ	1本	バター

- ① 炊飯器の内釜にバターをこすりつけ、残りのバターを電子レンジにかけて溶かす。
- ② 卵を泡立て器で混ぜ、牛乳・ホットケーキミックス・溶かしたバターを加えてダマがなくなるまで混ぜる。
- ③ ②を炊飯器の内釜に入れ、バナナを1cm厚のななめ切りにして入れる。
- ④ 白米モードで炊いてスイッチが切れたら蓋を開け、串を刺して生地がつかなければできあがり。



ジャム (いちご・りんご)

材 料	(いちごジャム)		(りんごジャム)	
	いちご	1/2パック	りんご	特大1個
	砂糖	50g	砂糖	140g
	レモン汁	大さじ1	レモン汁	大さじ1

- ① いちごはヘタを取って洗い、りんごは8等分して皮をむき、芯を取る。
- ② 砂糖とレモン汁を全体にまぶす。
- ③ 白米モードで炊き、スイッチが切れたら蓋を開ける。
- ④ まだ汁気がある場合は15分ほど再加熱する。
- ⑤ 汁気がある程度なくなっていたら、木ベラや菜箸で切るように混ぜてできあがり。



じゃがバター

材 料	じゃがいも	300g	塩	適量
	水	大さじ2強	バター	適量

- ① 洗って芽を取り除いたじゃがいもを、皮をむかずに内釜に入れ、水を入れて白米モードで炊く。
- ② スイッチが切れたら蓋を開け、じゃがいもを串で軽く刺す。
- ③ かたい場合はしばらくそのまま保温にして蒸らす。
- ④ やわらかくなったら塩をふり、バターをつけてできあがり。

はみだし
すてーじ

A2サイズのカッターマットを買った。「マウスパッドにも最適です」と書いてあった。
⇒それはつまりカッターマットを切り分けろということですよ。

(工・1 カフェ部員(笑))
(A5サイズのマウスパッドが8枚できます☆;編)

はみだし
すてーじ

「千本丸太町」の名前の響きが驚異的だ。
⇒個人的には「東山東一条」の方が好みます。

(理・3 1024)
(あのゴロの悪さがなんととも……;編)