



中華花おこわ

エディブルフラワー（食べられる花）をあしらった、華やかな中華おこわです。それぞれの食材の旨味が凝縮された、行楽シーズンにぴったりの一品です。



《材料》 4人分

うるち米	1合	鶏もも肉	80g
もち米	1合	うずらの卵	8個
水	330cc	たけのこ	40g
(500ccの水に椎茸を浸しておいた汁)		にんじん	60~80g
薄口しょうゆ	35cc	干しいたけ	中4個
みりん	30cc	むき栗	4個
ごま油	小さじ1	卵	2個
食紅	爪楊枝に2回つける程度	花野菜（サッと湯がいて使う）	適量
焼き豚	80g	菜花（花のついたもの）・パンジー	

- ① 干し椎茸は水にもどしてやわらかくしておく。米は洗ってよく水を切り、椎茸の戻し汁と水を分量まで入れ、30分以上浸水しておく。
- ② 焼き豚、鶏肉は1cm弱の角切りに、たけのこは適宜薄切りに、にんじんは、皮をむいて薄いイチョウに切る。椎茸も適宜細切り、むき栗は小さければそのまま、大きければ2つ割り程度にする。ボウルに1カップほどの水を入れ、爪楊枝に食紅をつけてピンクに色づけし、うずらの卵を浸しておく。
- ③ ①にみりん、しょうゆ、ごま油を加え、食紅を爪楊枝の先につけて2~3回ほどかき混ぜ、ややピンクにしておくにより華やかになる。うずらの卵も加えておく。
- ④ ②の材料を浸水した米に加えて、普通に炊く。
(炊き上がった後保温モードを切っておくと、底が焦げにくい)
- ⑤ 炊いている間に半熟卵を作り、菜花はサッと塩茹でして適宜2~3cmに切っておく。
- ⑥ 全体を盛り付けてから、花野菜や半熟卵をあしらう。



ガス炊飯器
「直火匠」使用★



~今回のお料理に合せ伊賀のお酒~

橋本酒造様の「芭蕉 純米吟醸」は秋田流花酵母を使用し、低温でじっくり仕込んだお酒です。含み香高く、後味の軽い繊細な味わいです。



上野ガス

創業90年これからもこの街を