

ソラマメご飯

ソラマメのレシピ



ブリーダー（品種開発担当者）おすすめの
簡単レシピ！
旬のソラマメを存分に味わう

材料

ソラマメ「打越一寸」…10 荚(30 粒)程度
米 …………… 2 合
酒 …………… 大さじ 1
塩 …………… 少々

作り方

- ① 炊飯器に研いだ米と酒、塩を入れて水を目盛りまで入れる。
- ② 米が炊けたらゆでておいたソラマメを炊飯器に入れて、ソラマメがつぶれないようにさっくりと混ぜる。

ワンポイント

炊き上がる少し前に炊飯器にソラマメを入れて炊き上げても OK。よりソラマメの香りが楽しめます。