

## ○ふるさとの山の幸満載中華ちまき レシピ表

使用材料(4人分)		使用量
もち米		400g
A	豚バラ肉	200g
	干しいたけ	4個
	栗	8個
	銀杏	12個
	たけのこ水煮	1本
B	砂糖	20g
	醤油	大さじ1と1/2
	酒	大さじ1
	ごま油	大さじ1
	みりん	小さじ2
	しいたけの戻し汁	適量
	中華スープの素	小さじ1

調理方法
① もち米を洗って水につけて置く。
② 水を切り、ごま油で粘りが出るまで炒める。
③ Aの材料をBの調味料と合わせて炒め煮にし、もち米を合わせる。
④ 竹の皮にごま油を少しぬって③を詰め合わせる。
⑤ ④をたこ糸でまいて、20分蒸す。
⑥ 火を止めて10分蒸らせば、完成。

