

静岡のっておきレシピ

初秋に向けてのホホホタケ彩り炊き込みご飯



材料（5人前）	分量
A	－
ホホホタケ	160g
シイタケ、シメジ、マイタケ	各 80g
B	－
かつおだし	360cc
白だし、みりん	各 50cc
料理酒	30cc
砂糖	大さじ 1
C	－
かつおだし	540cc
薄口しょうゆ	30cc
みりん	90cc
白だし、料理酒	各 60cc
砂糖	大さじ 2
塩	小さじ 1/2
ニンジン、レンコン、ゴボウ	各 60g
油揚げ（油抜きしておく）	60g
ボイル小柱（解答）	50g
米（洗しておく）	3 合

作り方

1	A のうち、石づきがあるものは切り落とし、それぞれ一口大にほぐす（シイタケは切る）。
2	ニンジンとレンコンを薄いイチョウ切り、ゴボウをさがきにしたら、レンコンとゴボウは 10 分ほど水にさらしておく。油揚げは短冊切りにする。
3	鍋に B と 1、2、小柱を入れて火に掛ける。沸騰したら火を止め、冷めるまで置いておく。
4	3 をザルにあげ煮汁を軽く切ったら、あらかじめ米と C を入れておいた炊飯釜に加えて炊く。
5	炊きあがったら具とご飯を混ぜ合わせて器に盛り、お好みで魚介や野菜、錦糸玉子などを彩りよく盛り付けたら出来上がり！
ポイント	4 のポイント 煮汁は椀物や煮物に再利用しても◎ 【静岡県産のおすすめ食材】 <ホホホタケ：頂（しずおか食セレクション）認定品> 自然界では、標高の高い地域に自生する希少なきのこです。近年人工栽培が可能になり、菌床での生産を開始しました。コリコリとした食感と白い花の様な姿が特徴的です。