

ぷいぷい！ウインナー入り豆ご飯 森之翼の野菜レシピ

【材料：4人分】

- グリーンピース(さやからだしたもの) 100g
- 水 700 ml
- 塩 小さじ1
- ウインナー 100g
- 米 2合



【作り方】

1. 米は研いでおく。



2. 鍋に水と塩を入れ沸騰させ、豆とウインナー（切らずにまるごと）を入れて、好みの硬さまで5分前後ゆでる。



3. 火から下ろし、そのままゆで汁の中で冷ますと、豆やウインナーがプリッと仕上がる。



4. 炊飯器に米を入れ、2のゆで汁を2合分の目盛りまで入れて炊く。残りのゆで汁には、豆とウインナーをつけておく。



5. ご飯が炊き上がる少し前に、豆とウインナーをザルにあけて水分を切る。ウインナーは1cm幅の輪切りにする。



6. ご飯が炊き上がったら、まず軽くほぐしてから、豆とウインナーを加え、具がつぶれないように混ぜて完成。

