

## くわいご飯

さいたま市  
特産品

- ①ご飯は鰹出汁、みりん、淡口しょうゆ、濃口しょうゆで出汁を作り、炊く。
- ②くわいは適当な大きさにカットし、きつね色になるまで、素揚げしておく。
- ③葉もの野菜は、沸騰したお湯にとおし、色が変わったら取り出す。蒸しても良い。
- ④ご飯の蒸らしに②のくわいを入れ、仕上げに③の葉もの野菜を散らす。

### 材料

下ゆで済みくわい……………10個程度  
だし汁……………1.5カップ  
砂糖・みりん・酒・  
うすくち醤油各……………大さじ1

くわいは  
素揚げにして  
使うことで、面倒  
な下ゆでを省くこ  
とができます。



レシピ提供 / 日本料理 のと亭 能登秀弘