

# パリパリひじきご飯



## 材 料 (1人分)

- ・ ひじき 5 g
- ・ ひき肉 100 g
- ・ 豆腐 1 / 2丁
- ・ ご飯 1 / 2合
- ・ 日本酒 大さじ2
- ・ 春巻きの皮 2枚
- ・ 揚げ油 適量

## <調味料A>

- ・ 味噌 35 g
- ・ 醤油 小さじ1強
- ・ 砂糖 大さじ
- ・ みりん 大さじ2
- ・ しょうがのすりおろし 小さじ1

## 作り方

- 1 . ひじきは30分ほど水につけて戻し、軽くボイルした後、水気を切っておく。
- 2 . フライパンに油を敷き、ひき肉を炒める。
- 3 . 色が変わったら日本酒を入れ、少ししたらAを加える。
- 4 . に崩した豆腐、ひじきを加え、炒める。
- 5 . を炊いたご飯に混ぜ合わせる。
- 6 . を春巻きの皮に詰め、巻いていく。
- 7 . を色が変わるまで揚げる。