

令和5年7月4日（火）



献立名

- ・若谷さんのとうもろこしご飯
- ・牛乳
- ・さばの甘辛焼き
- ・豚汁 ・ピリ辛きゅうり

今日は、新メニューで緑区若谷茂夫さんの白いとうもろこしを加えたご飯にしました。若谷さんのとうもろこしは、とにかく糖度が高く、甘いので、どんな味になるか作る方も楽しみでしたが、出来上がりは、栗ご飯のような味で美味しかったです。

【作り方】

- ①とうもろこしは約1本を包丁で削ぎ、芯は3分の1くらいにカットする。
- ②お米320g、酒大さじ1、塩小さじ1（組み合わせのおかずで控えても良い）、とうもろこしの芯を一緒に炊く。
- ③とうもろこしは茹でて水気を切る。
- ④芯は取り出し、炊いたご飯と茹でたとうもろこしを混ぜる。