



## Recipe

まいにちの発酵レシピ

# さつまいも ごはん

## Ingredients 材料 / 作りやすい分量

米	2合
さつまいも	150g~200g
塩麴	大さじ2

## Directions 作り方

- ① 米は洗って30分ほど浸水させてから水を切っておく。
- ② さつまいもは皮ごと1~1.5cmの角切りにしてから水にさらす。
- ③ 炊飯器に①、塩麴、水360mlを入れて軽く混ぜ、②をのせて炊く。
- ④ 仕上がりの味を見て足りなければ塩を足し、お好みで黒ごまをのせてもきれいです。