

からだポカポカ しょうがごはん

しょうがは体を温め、代謝を良くします。
簡単においしく炊けますよ。



からだポカポカしょうがごはん

■材料(5人分)

米 … 3合
しょうが … 60グラム
角昆布(5cm) … 適量
酒 … 大さじ1

■作り方

- ①しょうがは、細切りにする。
- ②材料を炊飯器に全部入れて、ふつうにたく。