

メスティンで作る 炒めないチャーハン

材料

お米 1合
水 180cc
玉ねぎ 1/4個
にんじん 1/4本
ウィンナー 3個
卵 1個
醤油 小さじ1
ガラスープの素 小さじ1/2
塩コショウ



- ①メスティンに洗ったお米、水を入れ、30分ほど浸けておく
- ②そこに、醤油、ガラスープの素を入れてよく混ぜる
- ③みじん切りにした玉ねぎ、にんじん、輪切りにしたウィンナーを入れる。
- ④メスティンのフタを閉めて火にかける。弱火で20分ほど。
- ⑤20分たったら、メスティンを火から下ろし、フタを開ける
(パチパチ、チリチリと音がしたら、焦げてしまうので、火から下ろす)
- ⑥ここは熱いうちに、ササッと、溶き卵を流し込み、急いでフタを閉め、メスティンをタオルでくるみ、そのまま15分ほど保温して蒸らす。

出来上がり！混ぜて、塩コショウをしたら
いただきます！

