

# 料理名 シソとじゃこの混ぜご飯

## 材料と分量（2人分）

米…………… 1合（150g）  
青シソ…………… 4～6枚  
ちりめんじゃこ 大さじ3（15g）  
炒りゴマ…………… 大さじ1



## 作り方

1. 米はふつうの水加減で炊く。
2. 青シソは縦に2つに切ってからせん切りにし、水に放して水けを絞る。
3. 熱いご飯に2のシソ、ちりめんじゃこ、炒りゴマを混ぜる。

# 料理名 シソとじゃこの混ぜご飯

## 材料と分量（6人分）

米…………… 3合（450g）  
青シソ…………… 12～18枚  
ちりめんじゃこ 大さじ9（45g）  
炒りゴマ…………… 大さじ3

## 作り方

1. 米はふつうの水加減で炊く。
2. 青シソは縦に2つに切ってからせん切りにし、水に放して水けを絞る。
3. 熱いご飯に2のシソ、ちりめんじゃこ、炒りゴマを混ぜる。

