

# タコおこわ

所要時間：約60分

## 【材料（4人分）】

もち米	1合
うるち米	1合
冷凍生タコ	120g
乾燥ひじき	1g（小さじ1程度）
にんじん	14g
ごぼう	10g
しいたけ	10g
油揚げ	少々
みりん	小さじ1/2強
酢（ゴボウあく抜き用）	小さじ1/2弱



A	塩	小さじ1/2
	料理酒	10ml
	濃口しょうゆ	4ml
	酢	小さじ1/2強

## 【作り方】

- ① もち米・うるち米を洗ってザルにあげる。
- ② 乾燥ひじきは、水につけてもどし、ザルにあげて水気をきる。
- ③ タコは解凍してもみ洗いし、薄切りにする。鍋にタコとみりんを入れ、炒り煮する。煮あがったらタコと煮汁を別にして冷ます。

冷凍の生タコを解凍してみりんを炒り、その炒り汁も調味料と一緒に釜に入れて炊くのがミソです。

- ④ にんじん・ゴボウ・しいたけ・油揚げは、千切りにする。
- ⑤ ゴボウは、酢水につけてアク抜きをする。
- ⑥ 釜にもち米、うるち米をよく混ぜて入れる。

材料Aとタコの炒り汁を合わせ、400ccになるように水を加え、釜に入れてよく混ぜる。  
具材を上のにせ炊く。

- ⑦ 炊き上がったたら十分に蒸らし、よく混ぜ合わせる。

毎年11月23日（祝）に行われる柳井まつりで販売している定番で人気の一品です。お客さんの反応や会員の意見を基に、毎年改良を重ねています。

