



広島県の郷土料理レシピ

材料（4人分）

米・・・3合
たこ・・・150g
油揚げ・・・1枚
にんじん・・・1/4本
干し椎茸・・・1~2枚
酒・・・大さじ1
塩・・・少々
薄口醤油・・・大さじ1½

三原市の「たこめし」

作り方

- ① 油揚げは熱湯をかけて油抜きし、短冊切りにする。
- ② もどした干し椎茸は、せん切りにする。
- ③ たこは小さく切る。にんじんは、短めのせん切りにする。
- ④ 米を洗って水を定量より控えめに入れる。（干し椎茸のもどし汁も入れる。）
- ⑤ 酒・塩・薄口醤油を入れて混ぜ、たこ・椎茸・にんじん・油揚げを入れて炊く。
- ⑥ 炊き上がったらよく混ぜ、塩加減を調整する。