

# しょつつるの炊き込みごはん

## 材料

4人分

カゴメ基本のトマトソース (295g) - 1缶  
比内地鶏 (もも肉) -----200g  
しいたけ----- 3個  
枝豆 (正味)----- 50g  
米----- 2合

しょつつる-----大さじ1

## 作り方

- ①米は洗ってざるにあげておく。比内地鶏はひと口大、しいたけは薄切りにしておく。
- ②炊飯器に米を入れ、「基本のトマトソース」、しょつつるを入れたら、2合の目盛りまで水を入れ、かき混ぜておく。
- ③しいたけ、鶏肉を入れスイッチを押す。炊き上がったら枝豆を入れ、全体を混ぜ合わせる

野菜相当量  
1人あたり  
97g分

