

主食

とうもろこしごはん

[1人分] エネルギー：301kcal 塩分：0.5g



材料 [4人分]

- 5分搗き米：2カップ
- とうもろこし（房からはずしたもの）：1/2カップ
- 塩：小さじ1/2
- 水：2と3/4カップ

作り方

1

米は洗い、ザルにあげて水気を切ります。

2

すべての材料を炊飯器に入れて炊きます。