

ちりっぶ  
散布産あさりのあさりご飯



だしの風味が強いと言われている  
浜中町<sup>ちりっぶ</sup>散布産のあさりを使いました！

コツ、ポイント

あさりは酒蒸し後、貝から外してしっかり洗うことで砂などが除かれ、じゃりじゃり感がなくなります！

材料： 7～8 膳分

米 3 合

<sup>ちりっぶ</sup>  
散布産あさり（もしくはあさり大）

30 個

酒 100ml

醤油 10～20ml（色づけ程度）

このレシピの生い立ち

美味しい<sup>ちりっぶ</sup>だしの<sup>ちりっぶ</sup>でる散布産あさりの味を手軽に味わえるレシピを道東の某漁協、料理大好き職員が考えました。

酒蒸しを電子レンジで行うため、鍋やコンロを使わずに誰でも簡単に作ることができます！

- ① 米はといで水を切っておく。
- ② あさりの半量を深めの皿に入れ、酒 50ml を加え、ふんわりとラップをかける。（電子レンジが大きい場合には半量に分けなくてよい）
- ③ ②を電子レンジに入れ、貝の口が開くまで加熱する。（500W の場合 4～5 分）。残り半量についても同様に加熱し、酒蒸しにする。
- ④ 酒蒸しをした容器からあさりを取り出す。容器に残った酒蒸し後の出し汁はざるで濾すなどして上澄みだけ残す（あとでご飯を炊く際に使用）。
- ⑤ ④のあさり貝から身を取り出し、水でよく洗う。目の粗いざるを使うと便利！



- ⑥ ①の米を炊飯器に入れ、④で取っておいた出し汁、醤油を入れた後、炊飯器の 3 合のメモリまで水を加え、軽く混ぜる。
- ⑦ ⑥に⑤のあさりの身を加え、炊飯する。
- ⑧ まずはおさりの味を味わい、好みでねぎなどを添える。