

土鍋で炊く蕎麦茶めし



蕎麦茶めし（4人前）

米	1. 5号	鶏ムネ肉	100g
水	300cc	ダシ昆布	5cm角
昆布茶	大さじ1/2	そば茶	20g

- ① 洗った米とそば茶を土鍋に入れ鶏肉と昆布、水を300cc入れ昆布茶を入れたら中火にかける。
- ② 湯気が出て沸いてきたら、トロ火にし、そのまま8～9分で火を消す。15分くらい蒸らして完成。