



## 色ごはん

### (さつまいもと黒米の炊き込みごはん)

ホクホクとしたサツマイモの甘みがとても美味しいです。  
また、黒米とサツマイモの黄色がとてもきれい。目でも味わえます!

#### 材料 (4人分)

サツマイモ・・・大1本(300g) 米・・・3合 黒米・・・大さじ3 塩・・・少々

#### 作り方

- 1 サツマイモは皮をむき、小さめの一口大の乱切りにし、水にさらして水気をきる。
- 2 米と黒米は別々に水洗いする。
- 3 水洗いした米の中に黒米を入れ、均一になるように混ぜ合わせる。
- 4 3に1と塩を少々くわえて、普通の炊飯の要領で炊き上げる。