

料理名	おおたけ菊イ MOBURI キンパ	
4人前の材料と分量	ご飯 お米 2合 水 450ml 塩 小さじ1/3 菊芋チップス 15g ごま油 小さじ1 キンパ用韓国のり 4枚	もぶりの具 にんじん 40g ごぼう 35g 油揚げ 1/2枚 黒豆 60g たくあん 40g
作り方	キンパの具 牛こま切れ肉 100g ごま油 小さじ2 小さじ1 焼肉のタレ 大さじ1 水 200ml 砂糖 大さじ1 醤油 大さじ1 酒 大さじ1	
	1. お米を研いで分量の水・塩・細かく碎いた菊芋チップス・ごま油を加えて炊いておく 2. 人参、油揚げは短く千切り、ごぼうは短くささがきにして水にさらし、あくを抜く 3. たくあんは粗めのみじん切りにする 4. 2を煮汁で煮る。煮汁が少なくなってきたらざるにあげて煮汁を切って冷ます 5. 炊きあがったご飯に3・4と黒豆を加え混ぜ合わせる。 6. 牛こま切れ肉は1cm程度に切り、ごま油で炒めて、焼肉のタレとコチュジャンで味付する 7. 卵は砂糖で味付し、錦糸卵を作る 8. きぬさやは筋を取って、色よく茹で斜めに細かく切る 9. 巻きすの上にラップを敷いて海苔を置き、ご飯を広げて肉・卵・きぬさやを並べて巻く 10. 8等分に切って盛り付ける	

