

<とうもろこしの炊き込みごはん>

☆ざいりょう☆ 4～5人分
お米 3合
とうもろこし 1本
ハム 3枚

おさけ 大さじ1
しお 小さじ1
うすくちしょうゆ 小さじ1



☆つくりかた☆

1. お米は洗^{あら}ってザルに上げておく。
2. とうもろこしは、実を包丁^{ほうちよう}でそぎ落とす。(芯^{しん}も使うので捨てない！)
3. ハムは、1センチ角に切る。
4. お米を炊飯器^{すいはんき}に入れて、お酒^{さけ}、塩^{しお}、薄口醤油^{うすくちしょうゆ}を入れて、水を3合まで入れて混ぜる。
5. とうもろこしの実と芯、ハムを上に乗せて普通^{ふつう}に炊^たく。



とうもろこしを立てて、
実をそぎます。

＜とうもろこしと^{えだまめ}枝豆の^{しよくだんご}2色団子＞

☆ざいりょう☆ 4～5人分

ぶたひき肉	300g
タマネギ	1／2個
しょうが	1かけ
とうもろこし	1本
えだまめ	180g（枝つき）
かたくりこ	80g

こいくちしょうゆ	小さじ2
ゴマあぶら	小さじ2
しお	小さじ1／2

ミニトマト（かざり） 10個

酢しょうゆ

りんご酢	大さじ4
こいくちしょうゆ	大さじ4

☆つくりかた☆

- ① タマネギは、みじん切りにして、^{しょうが}生姜は、すりおろしておく。
- ② とうもろこしは、実を包丁でそぎ落とす。
- ③ ^{えだまめ}枝豆は、枝からさやを取り、2～3分^{しお}塩茹でして、実を取り出す。
- ④ ボウルに、タマネギと片栗粉を入れて混ぜ合わせる。（水分を止める）
- ⑤ ④に、^{ぶた}豚ひき肉、^{にく}生姜、^{しょうが}濃口醤油、^{こいくちしょうゆ}ゴマ油、^{あぶら}塩を入れてよく^ま混ぜる。
- ⑥ ⑤を一口大に丸め、人数分作り、とうもろこしと枝豆を手にとり、形を整えながら、周りにくっつける。
- ⑦ ^{じょうき}蒸気が上がった^{むき}蒸し器（クッキングシートを敷いておく）に、⑥を並べて入れ、^{ふた}蓋をして、10分蒸す。
- ⑧ ミニトマトを^そ添えて、できあがり。^す酢しょうゆをかけていただきます！



<とうもろこしとココナッツのパンナコッタ>

☆ざいりょう☆ 4～5人分

とうもろこし	1本
ココナッツミルク	50cc
牛乳	50cc
お水	250cc
粉ゼラチン	5g
さとう	大さじ2と1/2

塩（とうもろこし茹でる用） 小さじ1
バジル（飾り） 適量



☆つくりかた☆

- ① とうもろこしは、4等分にして、塩を入れて水から茹でる。（沸騰^{ふっとう}して、2～3分）
- ② 包丁で、実をそぎ落とす。（飾^{かざ}り用を取っておく）
- ③ ②とココナッツミルク、牛乳をミキサーにかけて、なめらかになるまで攪拌^{かくはん}する。
- ④ お鍋に、お水と粉ゼラチンを入れて、火にかけてゼラチンを溶^とかす。
- ⑤ ゼラチンが溶けたら、砂糖^{さとう}を入れて溶けるまで火にかける。
- ⑥ 火を止めて、③を入れて混ぜ合わせる。
- ⑦ 容器に入れて、粗熱^{あらねつ}が取れたら冷蔵庫に入れて冷やし固める。
- ⑧ 固まったら、とうもろこしの実とバジルを飾^{かざ}りつけてできあがり。