

いちほまれと 梅シラスのチャーハン



いちほまれ

「コシヒカリ」を生んだ福井県が総力をあげて開発し、2016年に誕生した新しいブランド米。約6年をかけて調査・研究を積み重ね、膨大なデータの裏付けをもとに生み出されました。絹のように白く、ふっくらモチモチで優しい甘みが格別です。



福井梅

福井梅とは、「^{べにさし}紅映」「^{けんさき}剣先」「^{しんへいだゆう}新平太夫」^{ふくだゆう}「^{ふくだゆう}福太夫」の4種類の梅のこと。中でも福井オリジナルの紅映は、肉厚な果肉で種が小さく、梅干しに加工すると肉厚でぼったりとした食感が楽しめます。

福井梅の酸味がシラスのうま味を引き立てます。

材料(1人分)

いちほまれ	200g
卵	1個
福井梅	2個
シラス	50g
長ねぎ	20g
塩	少々
コショウ	少々
しょう油	小さじ1
油	大さじ1
エックスオーシャン XO醤(お好みで)	小さじ2
小口ねぎ(お好みで)	適量

作り方

1. 長ねぎはみじん切りにする。卵は割りほぐしておく。
福井梅は、種を取り除き身を粗みじんにする。
2. 鍋に油を熱して卵を炒める。細かい炒り卵にしてから、いちほまれを入れ、卵と混ぜるように炒める。
3. 塩、こしょうを加えて味を調える。福井梅とシラスを入れて軽く炒め、しょう油、XO醤を加えて香りをつける。
4. 器に盛り付ける。



いちほまれは炊き立てを炒めるようにしましょう。
中火で炒めることで米粒がパラパラになります。