

食材2つだけ!

豚ひき肉

×

カット野菜
(きんぴらごぼう用)



調理時間

20分

たっぷり具材のおかずおにぎり

きんぴらおにぎり

材料 (2人分)

豚ひき肉	50g	○酒	大さじ1/2
カット野菜(きんぴらごぼう用)	2本	○砂糖	小さじ2
ご飯	大きめ茶碗2杯分	○みりん	小さじ1
焼き海苔	全角1枚	○しょうがのすりおろし	小さじ1/3
○しょうゆ	小さじ2	ごま油	小さじ2

1 フライパンで炒める

フライパンにごま油、ひき肉を入れて中火で色が変わるまで炒める。野菜を入れ、しんなりするまで炒める。○を加え、水気がなくなるまで炒めたら粗熱を取る。

2 おにぎりを握る

ご飯を4等分にし、広げたラップに1個分のご飯をのせる。中心にきんぴらの1/4量をのせ、握る。焼き海苔は細長く4つに切り、おにぎりに巻く。



このお店のチラシが見られる!

Tokubai

検索