

食材2つだけ!

ブリ

×

アボカド



調理時間

5分

帰宅後 5 分で丼ごはん

ブリとアボカドのポキ風丼ぶり

材料 (2人分)

ブリ(刺身用) …………… 150g

アボカド …………… 1個

ご飯 …………… 茶碗2杯分

○めんつゆ(3倍濃縮) …… 大さじ1

○わさび …………… 小さじ1/2

○ごま油 …………… 小さじ2

○白いりごま …………… 少々

1 材料を切る

アボカドは1.5cm角に切る。ブリも同じ大きさに切る。

2 和える

○をボウルに混ぜ合わせ、1を加えて和える。

3 仕上げ

器にごはんを盛り、2をかける



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索