

食材2つだけ!

ナムル

×

牛こま肉



調理時間

20分

## 今年の恵方巻は韓国風に 恵方巻きキンパ

材料 (4本分)

牛こま切れ肉…………… 300g

市販のナムル …… 適量(今回は  
大根、人参、ほうれん草を使用)

焼肉のタレ……………大さじ2

ご飯…………… 2合

焼きのり(全角) …… 4枚

サラダ油……………大さじ1

○白いりごま ……大さじ2

○ごま油……………小さじ2

### 1 牛肉を焼く

牛肉と焼肉のタレをポリ袋に入れて、袋の上から手で揉む。フライパンにサラダ油を入れて中火にかけ、牛肉を焼く。ご飯に○を入れて混ぜ、4等分する。

### 2 巻く

大きめに切ったラップの上に、のりのザラザラした面を上にして置き、向こう側を3~4cm残してご飯を均一に広げる。中心よりやや手前に横一列になるように牛肉、ナムル(それぞれ1/4量)をのせる。手前のラップごと持ち上げ、隙間ができないようにきつめに巻く。同様にもう3本も巻く。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索