

簡単！焼きおにぎり

●材料（2人前）

・ごはん 1合

サラダ油 適量

〈たれ〉

※かつおだししょうゆ 大匙2

※みりん 小匙1

※ごま油 小匙1



●手順

- ①（※）を混ぜ合わせてたれを作る。
- ② ボールの中にあたたかいごはんを入れ①のたれと混ぜ合わせ、おにぎりにする。
- ③ フライパンに油をひき、両面に焦げ目ができるように焼く。
- ④ 最後にしょうゆの香りを出すため、かつおだししょうゆを回し入れ、火を止めて出来上がり。※焦げないように火加減注意！