

レシピ

焼き鳥ご飯

(材料)

1人分

米	60 g	しょうゆ	10 g
鶏もも肉	45 g	さとう	6 g
刻みのり	1 g		

(作り方)

1. ご飯を普通より少しかために炊く。
2. 鶏もも肉を1cmくらいの角切りに切る。
3. しょうゆ・さとうを加えて鶏もも肉を煮る。(少し汁を残す)
4. 炊き上がったご飯と3を混ぜる。
5. ご飯の上のにりをかけて盛り付ける。