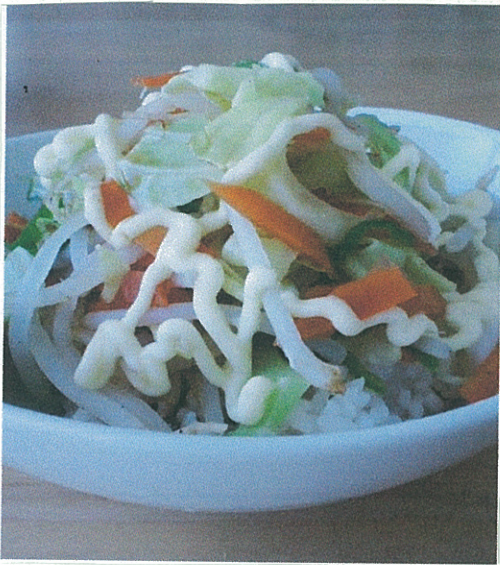


安旨食堂

ちよっ、ぱか丼



<材料>

- ・ごはん 茶碗1杯
- ・家にあるもの

(ここではツナ缶、カット野菜
マヨネーズ、ポン酢を使用)

<作り方>

カット野菜 1/2袋をレンジで2~3分チン。
水気をきいてツナ缶と一緒にごはんの上にのせる。
マヨネーズとポン酢で味付けをする。