

～のいたまキムチ丼～



Point

- ☆調理器具の使用なし
- ☆材料が少ない
- ☆全部乗せるだけで簡単

☆材料(一人分)

- ごはん…茶碗一杯
- きざみのい…少量(散らす程度)
→ない場合はのいを手でちぎるのもよし!
- キムチ…お好みで!
(目安はごはんが埋まるくらい)
- たまご…1個
- めんつゆ(濃縮タイプ)…ひとまわし
- ごま油…5滴くらいがベスト!

☆作り方

- ① ご飯を器に盛りその上にきざみのいを散らす。
- ② キムチをお好みの量のせる。
- ③ 真ん中に少し穴をあけ、そこに卵を割り入れる。
- ④ めんつゆ(濃縮タイプ)をかける。
- ⑤ 最後にごま油をたらして完成!!

☆もし材料が余ってしまった時は…

同じ材料を使って全部混ぜれば

キムチチャーハンやキムチ雑炊もできます!! (キムチ雑炊の場合は水を追加)



神奈川工科大学実習生