

レトルトごはんでカンタン雑炊

- 材料** レトルトごはん（200g） 1人分
レトルト野菜が入ったみそ汁 1人分 ※「貝たくさんタイプ」がベター
レトルトたまごスープ 1人分
高野豆腐 1個
ほんだしスティック8g 1本
醤油 少々
しょうが（チューブ） 少々



調理 個人作業です。

- 1 レトルトごはんを未開封の状態軽くほぐす。
- 2 コップで湯500mlを沸かし、みそ汁の「乾燥具材」とたまごスープを入れる。
- 3 ほぐしたご飯を入れ、再び煮立ってきたら、みそ汁の「みそ」・高野豆腐を入れる。
- 4 高野豆腐が柔らかくなってきたら味を確かめる。
※好みに粉末だし・醤油で整える
- 5 好みにしょうがを載せて完成。



（夕食・なす味噌丼）



（朝食・雑炊）

