

即席天丼風

<材料>

| 材料 | 分量 |
|---------------|-------|
| 塩にぎり | 2個 |
| めんつゆ(3倍濃縮タイプ) | 30ml |
| 水 | 250ml |
| ぶなしめじ | 20g |
| ウインナー缶 | 1/2缶 |
| 天かす | 20g |
| さくらえび | 5g |
| きざみねぎ | 少々 |
| グリーンピース缶 | 少々 |



<調理>

- 1 コップェル(大)にめんつゆ 30ml と水 250ml を入れ、点火する。
- 2 沸いたら、ぶなしめじウインナーを入れる。
- 3 火が通ってきたところで塩にぎり 2個を入れ、ほぐす。
- 4 天かす・さくらえび・きざみねぎを入れ、ごはんを軽く混ぜる。
- 5 最後に、グリーンピースを載せて完成。

※コンビニ等で売られている塩むすびを活用したレシピです。

レトルトごはんでもできますが、その際はめんつゆを少し多くしてもよいかもしれません。