



枝豆と焼き鳥の混ぜご飯

材料(2人前)

ご飯	300g
冷凍枝豆	70g
焼き鳥タレ(缶詰)	1缶
白ごま	小さじ1
食塩	少々

作り方

1. 枝豆を耐熱容器に乗せ、600wのレンジで1分30秒加熱。
2. 加熱が終わった枝豆をさやからすべて出す。(やけどに注意△)
3. ボウルに材料を全て入れて混ぜ合わせる。
4. 器に盛り付けて完成！

ポイント💡

缶詰を使うので味付けの失敗がありません！

おにぎりやお弁当にも最適です🍱