

食材2つだけ!

焼きおにぎり

×

カット野菜



調理時間

10分

焼きおにぎりを豪華にアレンジ!

焼きおにぎりのおこげ風野菜あんかけ

材料 (2人分)

焼きおにぎり(冷凍) …… 4個

カット野菜(野菜炒め用)

…………… 1袋(200g)

○しょうゆ ……大さじ1/2

○オイスターソース ……小さじ2

○酒 ……大さじ1

○鶏ガラスープの素(顆粒)

……………小さじ1/3

○砂糖 ……小さじ1/2

片栗粉 ……大さじ1/2

ごま油 ……大さじ1

1 焼きおにぎりを焼く

冷凍焼きおにぎりは電子レンジで規定時間温める。そのあと、750Wのトースターで2分焼いて表面をカリッとさせる。

2 野菜あんを作る

片栗粉に水大さじ1(分量外)を入れて混ぜる。フライパンにごま油を入れて中火にかけ、野菜を炒める。少ししんなりしてきたら、水150ml(分量外)と○を入れて2分煮る。水溶き片栗粉を入れて混ぜ、とろみが付いたら火を止める。

3 仕上げ

皿に焼きおにぎりをのせ、2をかける。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索