

3つの味を食べ比べ 海鮮山かけミニ丼セット /豆腐のみそ汁

材料 (3人用)

アレルギー/小麦・卵

ねぎとろ 1P
サーモン漬け丼の素 1P
鉄火丼の素 1P
ネバリスター(冷凍) 40g × 3P
卵 3コ
刻みのり 2P
細葱 適量

絹豆腐 200g
[乾燥カットわかめ 5g × 1袋
[だし汁 300ml
みそ 大1

*赤字の材料はご自宅でご用意ください



下ごしらえ

㊦ねぎとろ、サーモン漬け丼、鉄火丼の素…流水で解凍する

㊦ネバリスター…流水で解凍する

作り方

①細葱…小口切り

②温かいご飯に㊦、ネバリスターを盛り、卵黄をのせ、細葱、刻みのりを散らす。

作り方

下ごしらえ

㊦わかめ…水につけて戻す。

①鍋にだし汁を煮立て、㊦を入れてさっと煮、みそを溶かし入れ、さいの目に切った豆腐を加えて、沸騰直前に火を止める。