

レンジで簡単

スパイシーご飯せんべい



安曇野食材

×

ご当地ほりにし



安曇野



材料

冷ご飯	100 g
ほりにし	小さじ2
醤油	小さじ1/2

- ①冷ご飯をレンジで温めておく
- ②ポリ袋に材料を全て入れ、しっかりこねる
- ③②を1 cmくらいに丸めてクッキングシートに間隔をあけて並べる
- ④③にラップをかけてのし棒で薄くのぼす
- ⑤ラップをはずし、電子レンジで3分、裏返して1分加熱する
- ⑥カリッとしたら完成

POINT

柔らかいようなら様子を見ながら10秒ずつ加熱していきます。

