



Today's Special

アップルちらし



材料

(1人分量)

米	70.0g
水	75.0g
りんごジ 酢	20.0g 8.0g
さとう	1.5g
塩	0.8g
りんご	10.0g
ロースハム	10.0g
かいわれ菜	5.0g
スライスアーモンド	3.0g

作り方

- ① 洗米し、りんごジュースを入れ炊く。合わせ酢を作っておく。
- ② りんごは、いちょう切りにし、塩水につける。
- ③ ロースハムは、サイの目切りにしさっとゆで、かいわれ菜は、2cmに切る。
- ④ 炊きあがったご飯に、合わせ酢・りんご・ハムを混ぜ、かいわれ菜・スライスアーモンドをかざす。

Check Point

りんごジュースで炊き上げ。かいわれの葉と、スライスアーモンドで洋風に仕上がります♪