

こどもの日 オムライス



のりやチーズを
使ったかゆ!!!
ミニオンに大変身!!!

オムライスを可愛いこいのぼりに大変身!

ちくめセーズンを使って作るの、家でとても簡単に作ることが出来ますよ。



材料 (1人分)

- ごはん
- 鶏もも肉(角切り) 25g
- 五めま 30g
- 人参じん 10g
- 油 適量

調味料 (1人分)

- トマトケチャップ 13g
- 洋風コンソメ 0.5g
- 塩 少々
- トッピング
- 薄焼き卵 1枚
- セーズン 1粒
- ちくめ(輪切り) 1個

作り方

- 五めまは粗みじん人参は細切りにする。
- フライパンで油を熱し、鶏肉を炒める。
五めま・人参を加え、よく炒めたら、調味料を入れ、味をつける。
ごはんを入れて、よく混ぜる。
- オムライスをお皿に盛り、薄焼き卵をまいて、こいのぼりの形にする。セーズンをちくめの中に入れ、トッピングしたら完成!!