

黒豆ご飯の

肉巻きおにぎり

(ゴマ&チーズ)



材料

(10個分)

米 (ファームひな田んぼ)	2合	：	胡椒	少々
黒豆ご飯の素	1缶	：	スライスチーズ (溶けるもの)	5枚
豚バラ肉 (浅野農場)	500g	：	白ごま	少々
塩	少々	：		

作り方

- 1 黒豆ご飯の素は固形分と水分に分け、固形分と塩少々を炊いたご飯に混ぜ、10等分に分け俵おにぎりをつくる。

- 2 ①に豚バラ肉をしっかり巻き、塩・胡椒をしフライパンで焼き、①の黒豆ご飯の素の「水分」を入れ煮絡める。

- 3 ②のおにぎり5個には白ごまを残りの5個にスライスチーズをのせ皿に盛り完成。

juicy!

