

【おうち時間】おいしい時間

🍷塩昆布の炊き込みごはん🍷

今回はおにぎりおやつで人気の『塩昆布の炊き込みごはん』

保育園ではお皿にラップを敷いて、ごはんをのせて、自分たちでおにぎりを作ります！！

ぜひ、親子で作ってみてください😊

🍴材料🍴

- | | |
|--------|------|
| ・米 | 3合 |
| ・塩昆布 | 30g |
| ・シーチキン | 165g |

🌸作り方🌸

- ① 米は普通の水加減でしかける。
- ② ①に塩昆布とシーチキンを入れて炊き上げる。

Point 具は他に、しめじ、まいたけ、油揚げ、にんじん、ちくわ等、お好みの具材を入れていろんな味を楽しんでね😊

