

やき鳥缶を使って

やきとりとネギの卵とじ丼

材 料 (1人分)

やきとり缶(たれ味) 1缶(約60g)
白ネギ(1cm幅に切る) 1/2本(約60g)
溶き卵 2個分

あわせ調味料

A しょうゆ 小さじ1/2
みりん 小さじ1/2
水 大さじ1
和風だしの素 小さじ1/2

白ごはん 180g
七味または山椒 適宜

作り方

- ① 容器に、やきとり・白ネギ・Aを入れ、ひと混ぜする。フタを閉め、電子レンジ(500w)で2分加熱する。
- ② フタを開け、溶き卵を回し入れる。再びフタを閉め、さらに1分加熱する。
- ③ 器に白ごはんを盛り②をのせる。好みで七味または山椒をかける。

