

鮭とえだまめのおにぎり



鮭の豆知識

- ・鮭は白身魚の仲間。
- ・身が赤く見えるのは、鮭の餌が赤いから。



～材料2人前～

お茶碗	2杯
鮭フレーク	大さじ2
えだまめ	適量

鮭フレーク自体に塩気があるため、
基本的に味付けはなくてOK。

【作り方】

- ①ごはんに鮭フレークとえだまめを混ぜる。