

今月の食材
サーモン

サーモンちらし丼

材 料 (2人分)

- ・刺身用サーモン(サク) ……200g
- ・みょうが ……2個
- ・青じそ ……4枚
- ・甘酢漬けらっきょう ……12個
- ・もみ海苔 ……適量
- ・温かいご飯 ……茶碗約1.5杯分



作り方 (調理時間 約15分)

- ①サーモンは1センチ角にカットし、みょうがは薄切り、青じそは細切り、らっきょうはみじん切りにする。
- ②ご飯にらっきょうを混ぜ合わせる。
- ③器に②を盛り、みょうが、青じそをちらし、サーモンをのせたら最後にもみ海苔をちらして完成。

面倒な酢飯づくりは、あの材料で簡単にできちゃいます♪