

# おかかしらす焼きおにぎり



## 材料 1 個分

材料名	使用量	材料名	使用量
ご飯	90g	＜おかかしらす＞	%
おかかしらす	8g	しらす	80
		鰹節	5
特撰つゆ	8g	特撰つゆ	15
		(合計)	100)

## 料理特徴

ご飯と相性の良い鰹節としらすを合わせて具材にした、王道の味付けの焼きおにぎりです。

## 作り方

- ①おかかしらすをご飯で包んで、三角形に握る。
- ②①を焼いて表面が乾いたら、特撰つゆをはけで塗る。
- ③②を再び焼き、焼き色が付いたら出来上がり。

### ＜おかかしらすの作り方＞

- ①しらす・鰹節を混ぜ合わせる。
- ②①に特撰つゆを加え、均一に味が付いたら出来上がり。