



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



ちょっとしたおもてなしやお祝いに 赤飯ロール(錦糸卵いくら)



一人あたりのエネルギー 465kcal	食塩相当量 1.6g	調理時間 約15分
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

■材料 (3人分)

赤飯	450g
市販の錦糸卵	20g
いくら	35g

■作り方

- ① 赤飯を3等分にして、それぞれラップに包んで棒状に成形しラップを外す
- ② 外したラップの上にそれぞれ錦糸卵を敷き、①を1本ずつ戻して巻き、棒状に成形し、ラップを外していくらをのせる
- ③ お好みの大きさにカットして、皿に盛り付ける

cooking memo