



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(ローストビーフ)



一人あたりのエネルギー <b>338kcal</b>	食塩相当量 <b>0.2g</b>	調理時間 <b>約15分</b>
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

### ■材料 (3人分)

赤飯 ..... 450g  
ローストビーフ ..... 30g  
きざみねぎ ..... 大さじ2

### ■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ローストビーフを敷き、①を1本ずつ戻して巻き、棒状に成形しラップを外してきざみねぎを散らす
- ③ お好みの大きさにカットして、皿に盛り付ける

cooking memo