



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.



簡単に作れる洋風おにぎり 生ハムバジルチーズおにぎり



一人あたりのエネルギー 362kcal	食塩相当量 0.8g	調理時間 約5分
------------------------	---------------	-------------

この表示値は目安です

■材料 (1人分) ※一人2個として

あたたかいご飯…………… 180g
生ハム…………… 2枚
スライスチーズ…………… 1枚
乾燥バジル…………… 少々

■作り方

- ①スライスチーズを半分に切る
- ②おにぎりを2個にぎり、生ハム1枚、①1枚をお好みの形に巻き、バジルをかける

cooking memo