

冷凍食品で"くれる。"

飯島奈美ごはん



材料

米	2合
冷凍コーン	100g
冷凍枝豆	200g
冷凍の鶏のから揚げ	4~6個
バター	大さじ 1/2
塩	小さじ 1
こしょう	少々

作りかた

1. 米をとき やや少なめの水加減にして、10分ほど浸水させます。
2. 塩を加えてざっと混ぜ、冷凍コーンとバターを上のにせ炊飯します。
3. 冷凍の枝豆は茹でて、さやから出しておきます。
4. 冷凍の鶏のから揚げは パッケージの調理方法通り加熱して、1.5 cm 角の食べやすい大きさに切ります。
5. ご飯が炊き上がったら、枝豆とから揚げを加えます。
6. こしょうを少々加えて さっくり混ぜたら できあがり。
(お好みで 塩昆布 やパルメザンチーズを加えてもおいしいですよ。)

