

かんたんおにぎり部門

レシピ名	暑い夏にピッタリ！みょうがの香りおにぎり		
ブロック	千葉	ニックネーム	青空の下のおにぎり最高！さん



入賞



材料と分量	作り方
ごはん 1 合分 みょうが 3 本 真塩 適宜 焼きのり 1 枚	<ol style="list-style-type: none"> 1、みょうがは縦半分に切り、斜め薄切りにする。 2、ボールにみょうがを入れて塩をまぶしよく混ぜ、しんなりしたらギュッと絞って水気をきる。 3、温かいご飯に、2 を入れて混ぜ、塩加減を確認する。 4、3 のごはんをにぎり、海苔をつけたら出来上がり。
おすすめコメント:大人向けのおにぎりで、夏の暑さにぴったりです！	