

☆きゅうしょくレシピ42☆

【わかめごはん】

(ざいりょう)

(4にんぶん)



あたたかいごはん	ちゃん 4はいぶん
わかめごはんのもと	6グラム

(つくりかた)

- 1 あたたかいごはんにわかめごはんのものをいれてよくまぜる。
- 2 ラップなどでふたをして、5ふんくらいむらす。

※むらすと、わかめがやわらかくもどっておいしくたべられますよ。

