

うるおい野菜のおいしい温レタスレシピ°

.....

レタスチャーハン



調理の ポイント



先に卵を混ぜておくと
ご飯がくっつかない。

<材料・4人前>

ピュアヴェール…2袋 だしパック
ご飯…600～700g …ティーパック 2袋
卵…2コ ・サラダ油、しょうゆ

<作り方>

- 1 ピュアヴェールは食べやすい大きさに手でちぎる。
- 2 ご飯に卵を割って加え、よく混ぜる。
- 3 フライパンを熱し、サラダ油大さじ2をなじませ、2を加えて強火で炒める。ご飯がほぐれたら、だしパックをふり入れ味つけをする。
- 4 仕上げにピュアヴェールとしょうゆ小さじ1を加え、全体をさっくり混ぜて器に盛る。