

～やまぐち食べきりアイデア～

ワビむす☆ハリむす



(1人前)

○食材等

- ・ごはん 200g
- ・のり 二枚

○調味料

- ・しょうがすりおろし 小1/2
- ・しょうがみじん切り 小1
- ・チューブ入りわさび 小1/2
- ・醤油 大1

(経費目安 250円)

<作り方>

- 1 醤油にわさびを合わせる (A)
醤油にショウガをあわせる (B)
- 2 ご飯に (A)を混ぜ合わせたおむすびと、
(B)を混ぜ合わせたおむすびを作り、
のりを巻く
- 3 おむすびのてっぺんにわさび、しょうがをのせる



【アイデア発案者】

ペンネーム: **みきえさん** (防府市)

味がついているごはんはなぜかおいしい。
チューブのわさびをほんの少しでも
残っていたら作ってみて。

