



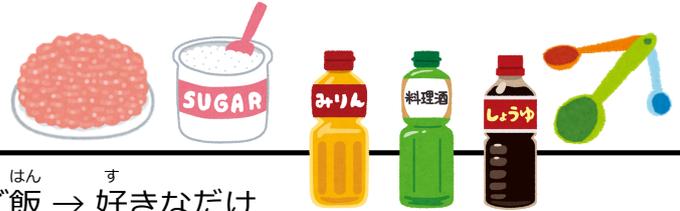
Colorful
friend's

どん つく そばろ丼を作ろう！

ねん 年 がつ 月 にち 日

こんかい ちょうみりょう はか どん つく
今回は 調味料を しっかりと 計ることを テーマに、 そばろ丼を 作ります♪

ざいりょう ふたり ぶん 材料 (二人分)



そばろ

- ★ ひき肉 → 300g
- ★ 砂糖 → 大さじ2
- ★ みりん → 大さじ2
- ★ 酒 → 大さじ2
- ★ 醤油 → 大さじ3

た はん す
・ 炊いたご飯 → 好きなだけ

トッピング

- ・ 卵 → ひとり 1個
- ・ 青ネギ → 好きなだけを食べやすい大きさに切っておく

つく かた 作り方

① ★を 鍋に入れて火をつけ、中火で煮る。

② 汁気が少し残るくらいで火を止める。

③ どんぶりにご飯を盛って、そばろをかける。

④ 真ん中に卵黄をのせる。(生卵が苦手な場合は、目玉焼きにしましょう。)

(大人の人に手を添えてもらいながら卵を割り、卵黄と卵白に分けましょう！)

⑤ 卵の周りに青ネギを散らして完成♪

