

レシピ名	冬でも元気！スタミナおにぎり		
<b>材料</b> 米 醤油 みりん 料理酒 水 砂糖 鶏ひき肉 しょうがチューブ 塩 枝豆(秋田県産) 卵 いりごま(白)	<b>分量(1人分)</b> 40g 小さじ 1 小さじ 1 小さじ 1 小さじ 1/2 小さじ 1/2 15g 少々 少々 20g 1/2 少々	<b>作り方</b> ①調味料(醤油、みりん、料理酒、水、砂糖、しょうがチューブ)を混ぜる。 ②フライパンに鶏ひき肉と調味料を入れてよくいためる。 ③いためたものにごま油を入れて香りづけをする。 ④錦糸卵を作る。 ⑤炊けたご飯にいためたものと錦糸卵を入れる。 ⑥いりごま(白)を入れる。 ⑦ご飯を混ぜてにぎる。	
材料費(1人分)	160円		
<b>完成写真</b> 	<b>PRポイント</b> 肉とごま油を使った冬の寒さに負けないようなおにぎりです。 卵と秋田の特産品である枝豆を使って色どりが綺麗になるようにしました。		