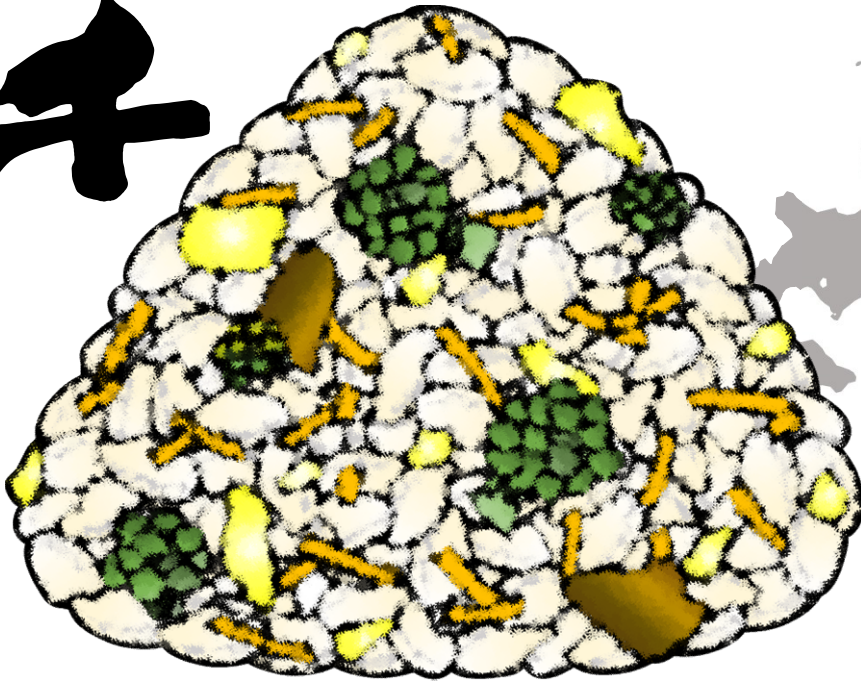


Chitose

千



姫

しずく

ラーメン

結び

「ヒメマスの魚醬」と「チキンラーメン」を使った

- ① ブロッコリー」を湯がく。
 - ② チャーシューを作る。
 - ② いろり卵を作り「チキンラーメン」を砕く。
 - ③ ごはんに①と②と③ 魚醬を混ぜ結び 塩を振り
- 結んだら完成

ごはん	100g	豚肩ロース	適量
ブロッコリー	適量	塩	少々
卵	1個		
チキンラーメン	お好み		
魚醬	少々		