

ポキ丼



材料 (1人分)

- ・ パックごはん …………… 150g
- お刺身
(マグロ&サーモン・1cm角に切る) …… 合わせて100g
- 玉ねぎ
(みじん切り・水にさらして水けをきる) …… 大さじ2
- A 乾燥海藻ミックス(乾燥)
※水で戻して、水けをきる …………… 2g
- しょうゆ …………… 大さじ1
- ごま油 …………… 小さじ1
- わさび(お好みで) …………… 小さじ1/4

作り方

- 1 パックごはんはレンジ (600W) で1分30秒チンし、粗熱を取っておく。
- 2 ボウルにAを入れて混ぜる。
- 3 ①に②をのせる。