

おにぎり

材料 4人分

米	2カップ
水	2カップ
塩	適宜
昆布	適宜
梅干し	4個
海苔	4枚

※その他具材はお好みで



作り方

- ① 米を炊く。
- ② 手を濡らし、手のひらに塩をつけご飯を乗せる。
中央にくぼみを作り、好みの具をのせる。
- ③ ご飯で具を包み込み、三角に握る。
- ④ 好みに海苔を巻いて出来上がり。