

大葉みその焼きおにぎり

材料 4人分



・ 米	3 カップ
● みそ ●	
・ 大葉	20 枚
・ ちりめん	20 g
・ 砂糖	大さじ 2 (18 g)
・ みりん	大さじ 2 (36 g)
・ 酒	大さじ 2 (30 g)
・ 合わせみそ	大さじ 2 (36 g)
・ いらごま	大さじ 4 (18 g)

作り方

- ① お米を炊きおにぎりを作ります。
- ② みその調味料を準備し、弱火でみそを練り上げます。
- ③ 大葉を細かく刻み②に混ぜ合わせ、ちりめんを入れ仕上げます。
- ④ オーブンを200℃にして①のおにぎりの両面に焼き目がつくまで焼きます。
- ⑤ ④に③のみそを塗り、再度オーブンで5分程焼き出来上がりです。