

KYABETSU②

消費者方のレシピ作ってみた。

リクエストメニュー

【使い切り】キャベツの外葉ライス

材料(4人分)

キャベツの外葉	2枚(80g)	米	2合
ロースハム(スライス)	1枚(10g)	コンソメ(固形)	1個
トマトケチャップ	大さじ1	塩	小さじ1/3
黒こしょう	少々		



余った



混ぜる



千切り



炊込む



味付け



食べる