

手作りふりかけ



手作りふりかけのレシピをご紹介します。

☆作りやすい量☆

ちりめん・・・40g

糸がき・・・7g ※細かい削り節です。普通の削り節でも可

刻み海苔・・・4g

ごま・・・大さじ3

しょうゆ・みりん・・・各小さじ1杯

- ① 小さい鍋またはフライパンにちりめんを入れ、焦がさないように空煎りする
- ② ①に糸がきを入れ、さらに煎る
- ③ 火を止め、残りの材料と調味料を入れよく混ぜる。水分が残っていれば火をつけ水分をとばす。

簡単にできますよ！
ぜひ、お試しください。

