

鮭のバターライス



<材料> 子ども4人分

ごはん	子ども茶碗4杯
鮭	1切れ(40g)
塩	少々
玉ねぎ	1/4個
コーン	大きじ2
油	適量
バター	大きじ1/2
塩	少々

(作り方)

- ① 鮭に塩をふって下味をつけておく。
- ② 玉ねぎはみじん切りにする。
- ③ フライパンに油をひき、鮭を焼いてほぐす。
- ④ ③に②とコーンを入れて炒める。
- ⑤ ④にバターと塩を入れて味を整える。
- ⑥ ボウルにごはんと⑤を入れて混ぜ合わせる。