

給食レシピ



のりのつくだに

食品名	1 人分（g）	切り方・下処理	調理方法
焼きのり	2		① 焼きのりをちぎって調味料・水につけておく。 ② 火にかけ、よくかき混ぜながら、程よく水分をとばす。