

【作品名】牛乳おじやのライスペーパー包み

みなかわ ゆい
氏名 皆川 結衣

【材料】（4人分） 牛乳 450 ml

ごはん	350 g	顆粒コンソメ	小さじ1と1/2
ライスペーパー	4枚	ピザ用チーズ	適量
玉ねぎ	1/2個	スイートチリソース	適量
冷凍枝豆	20g	イタリアンパセリ	適宜
ベーコン	2枚	乾燥パセリ	適宜
卵	4個		
塩	少々		
ブラックペッパー	少々		
オリーブオイル	適量		

【作り方】

- ① 玉ねぎをみじん切りにしてベーコンを細切りにする。
- ② 鍋にオリーブオイルを入れて玉ねぎが透明になるまで炒め、次にベーコンを入れる。
- ③ ②に牛乳を入れて5分煮つめていく。
- ④ ③にご飯、ブラックペッパー、塩、コンソメ、枝豆を入れ牛乳おじやを作る。
- ⑤ フライパンにオリーブオイルを薄くひき、弱火で温める。
- ⑥ ライスペーパーの両面を水にさらしフライパンの上に敷く。
- ⑦ ライスペーパーの上に卵を落とし、箸で崩しながら全体に広げたら、チーズ、牛乳おじやの順に乗せ半分に折りたたむ。
- ⑧ お皿に盛り、スイートチリソースをかける。乾燥パセリを振り、イタリアンパセリを飾る。

【ポイント】

残りがちなライスペーパーや玉ねぎを活用したオリジナルレシピです。
また、ウィンナーや人参など中の具を変えて自分の好みのおじやで作るのも楽しい
と思います。スイートチリソースが牛乳おじやとの相性バツグンです！